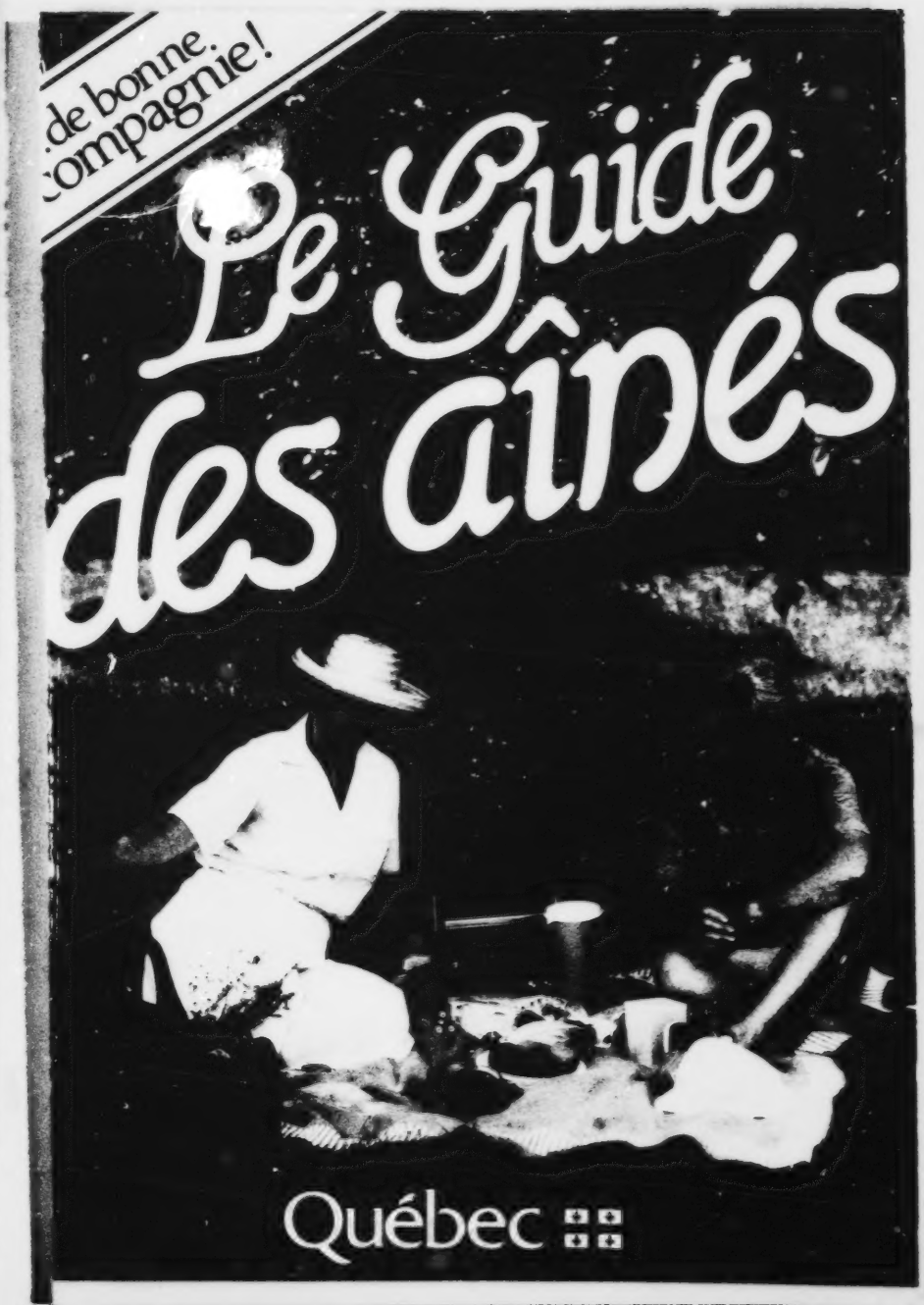

de bonne
compagnie!
Le Guide
des aînés
Québec

Le Guide des aînés

Le Guide des aînés

Québec

Le contenu et l'édition de la présente publication ont été réalisés à la Direction générale des publications gouvernementales.

Recherche: Jocelyn Dionne
Rédaction: Élaine Dupont

© Gouvernement du Québec, 1984
Dépôt légal — 4e trimestre 1984
Bibliothèque nationale du Québec
Bibliothèque nationale du Canada

ISBN: 2-551-08926-3

Avant-propos

Le ***Guide des aînés*** traite de mille et un sujets...

- *qui vous préoccupent:*

— la santé;
— les questions d'argent;
— les impôts;
— l'habitation;
— la spiritualité;

- *qui vous concernent:*

— le droit;
— l'éducation;
— le transport;
— le travail;

- *qui vous divertissent:*

— les loisirs;
— la culture; etc.

Le *Guide des aînés*, c'est un recueil d'information, un compagnon qui vous indique, sur-le-champ, ce que vous désirez savoir, où le trouver et comment l'obtenir.

Le *Guide des aînés*, une façon intéressante de découvrir tous les services qui s'offrent à vous.

Le *Guide des aînés*, consultez-le, il a été réalisé spécialement pour vous.

Avertissement

Dans les pages qui suivent, vous remarquerez que, très souvent à regret et peut-être à tort, le guide des aînés ne féminise pas son texte. En effet, bien que fort conscients de ne pas vouloir avantager les personnes d'un sexe par rapport à l'autre, la rédactrice et le recherchiste de cet ouvrage ont, après maintes consultations, cru bon de ne pas imposer à leurs lectrices et lecteurs un alourdissement du contenu en recourant systématiquement à la parenthèse ou au « e » de circonstance, notamment dans les appellations de métier ou d'occupation (toutefois, le féminin peut l'emporter sur le masculin quand le nombre l'impose). Ce guide s'adresse donc à toutes les personnes dites de « l'âge d'or » que nous appelons « aînés », ainsi qu'à toutes les citoyennes et tous les citoyens, au sens le plus universel et le plus respectueux du terme, sans discrimination aucune.

Pour communiquer... facilement avec le gouvernement

Vous éprouvez des difficultés à rejoindre certains ministères, services, organismes publics ou parapublics. Il existe, pour vous dépanner, des centres de renseignements efficaces aux niveaux provincial et fédéral.

Gouvernement du Québec: Communication-Québec

Communication-Québec est le centre de renseignements téléphoniques du gouvernement du Québec. Ce service, accessible dans toutes les régions du Québec, met à votre disposition l'information relative aux ministères, organismes publics ou parapublics (hôpitaux, commissions scolaires) du gouvernement du Québec et vous renseigne sur leurs services et leurs programmes.

En résumé, « ce dépanneur » vous offre:

- des renseignements par téléphone sur l'ensemble des lois, des programmes et des services gouvernementaux;
- un renseignement personnalisé au comptoir de votre bureau de Communication-Québec;
- une référence à un fonctionnaire qualifié pour prendre en main votre problème et vous répondre rapidement;
- un important étalage de publications gratuites et de formulaires du gouvernement du Québec;
- un service de renseignements par téléphone sans frais d'interurbain. Faites le « 0 » et demandez: **Zénith Communication-Québec**.

On vous dirigera au bon endroit et à la bonne personne. N'hésitez pas à contacter Communication-Québec.

Si vous ne pouvez rejoindre, sans frais, le bureau de Communication-Québec de votre région, vous n'avez qu'à faire le

« 0 » et demander : **Zénith Communication-Québec**. La communication s'établiera sans frais.

Vous trouverez la liste des bureaux de Communication-Québec à l'annexe I du *Guide*.

Gouvernement fédéral : Bureau de service Canada

Le personnel du Bureau de service Canada vous facilite l'accès aux renseignements sur les programmes et les services du gouvernement fédéral.

Au besoin, des conseillers vous mettront en contact avec les fonctionnaires fédéraux qui sont en mesure de vous exposer la nature des programmes et des services de leur ministère.

Il existe un centre de renseignements et de références à Montréal et à Québec.

Vous trouverez, à ces endroits, de la documentation sur l'ensemble des services gouvernementaux. Il suffit de téléphoner au Bureau de service Canada ou de vous y rendre en personne. Si vous devez faire un appel interurbain pour rejoindre ces bureaux, utilisez le numéro sans frais qui dessert toute la province.

Le Bureau de service Canada vous indiquera aussi les organismes et ministères du gouvernement fédéral qui distribuent des publications gratuites ou vendues concernant leurs services ou tout autre sujet qui vous intéresse.

Pour communiquer avec le Bureau de service Canada par téléphone :

Montréal : (514) 283-3333
Québec : (418) 694-7738
Pour toute la province, sans frais : **1-800-361-7287**

Pour vous rendre au Bureau de service Canada :

Montréal :
800, boul. De Maisonneuve Est
Montréal (Québec)
H2L 4L8

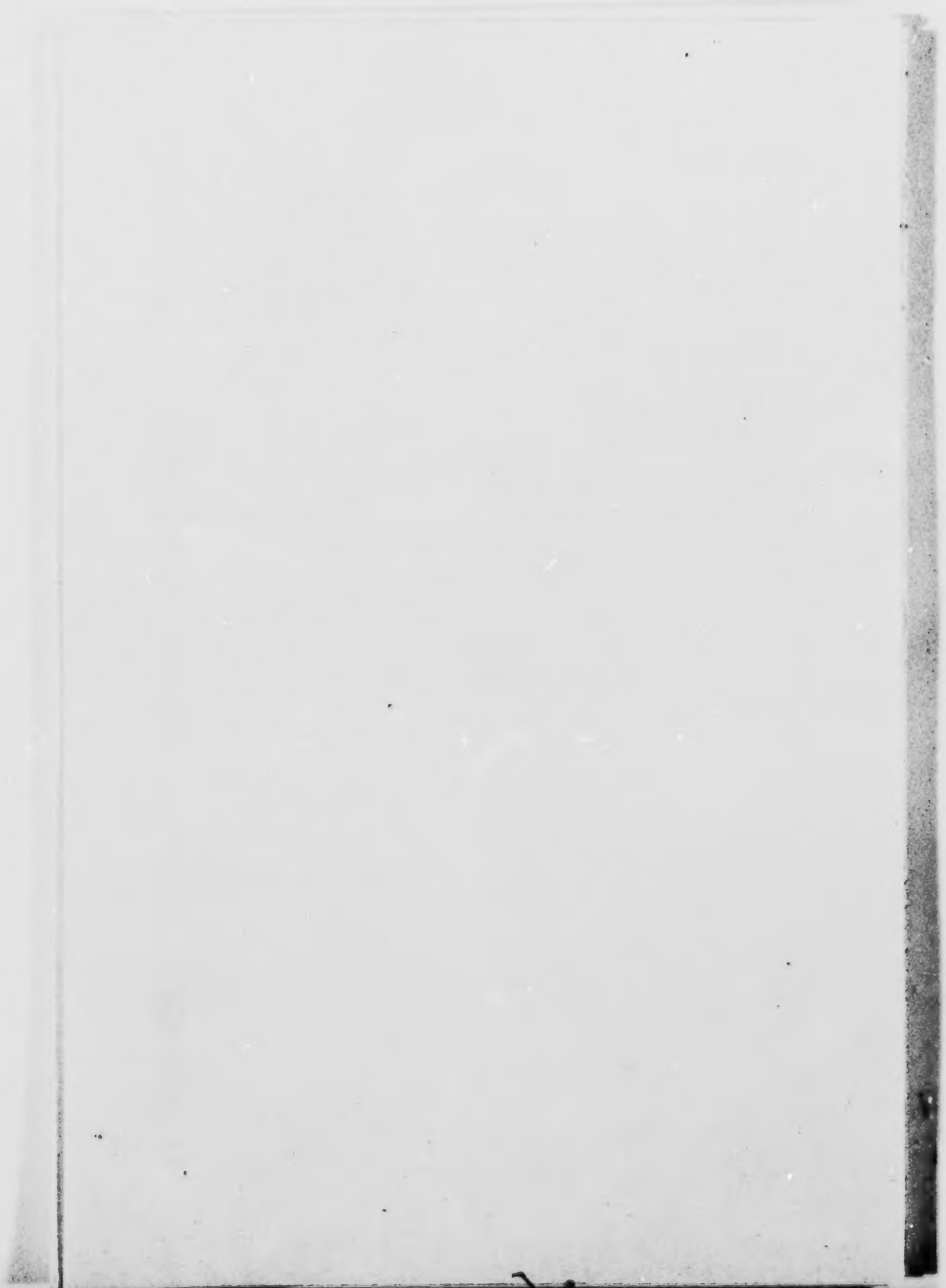
Québec :
399, rue Saint-Joseph Est
Rez-de-chaussée
Québec (Québec)
G1K 3B5

À noter :

Au moment de mettre sous presse,
nous apprenons que les
trois premiers chiffres
des numéros de téléphone
du gouvernement fédéral,
pour la ville de Québec,
ont été changés.
Ainsi, il faut composer 648
au lieu de 694
tel qu'il est indiqué dans le *Guide*.

Sommaire

CHAPITRE 1.	Votre bien-être physique	1
CHAPITRE 2.	Pour une bonne santé mentale...	59
CHAPITRE 3.	Les C.L.S.C. pour vous aider à organiser votre vie	79
CHAPITRE 4.	L'habitation	87
CHAPITRE 5.	Questions d'argent	155
CHAPITRE 6.	Vos impôts	203
CHAPITRE 7.	Vos assurances	243
CHAPITRE 8.	Le transport	263
CHAPITRE 9.	Le travail	297
CHAPITRE 10.	L'éducation	323
CHAPITRE 11.	Loisirs et culture	353
CHAPITRE 12.	Vos droits	435
CHAPITRE 13.	La spiritualité	493
CHAPITRE 14.	Vos dernières volontés	513
Annexes		569
Index		589



CHAPITRE

1

Votre bien-être physique

L'activité physique 4
À vous de choisir... 5
Où s'adresser? 5
Quelques exercices pour les aînés 6
Votre alimentation 9
« Nous sommes ce que nous mangeons » 9
Vous pourriez avoir des surprises... 12
Apprendre à lire les étiquettes 12
Attention au sel 13
Quoi boire? 13
Les vitamines 14
Avez-vous vraiment besoin d'un laxatif? 16
Des dents belles à croquer 16
Un vaccin contre la grippe 18
Le cancer: monstre réel ou « Bonhomme-sept-heures »? 19
« Vaut mieux prévenir que guérir » 19
La Société canadienne du cancer 20
Le cancer du sein 21

Le régime d'assurance-maladie 22
La carte d'assurance-maladie : votre « carte-soleil » passe-partout 22
Saviez-vous que ? 23
Il y a toujours des exceptions ! 24
Bénéficier de l'assurance-maladie n'est pas un droit acquis 25
Pour tout dire sur le programme d'assurance-maladie du Québec 26
D'autres questions ? 38

Les soins à domicile 41

En cas d'urgence 45
Les services ambulanciers 45
Les cliniques d'urgence 46
Urgence-Santé 46
Télé-Médic 47
Cardio-Alerte : lorsqu'il faut pousser sur le bouton de « panique » 47
Il y a aussi la Carte Médicale 48

Chacun ses « bobos », chacun ses « bibittes » 49
L'arthrite 49
Téléphones pour les « durs d'oreille » 50

La chiropratique et l'acupuncture : des médecines alternatives 51
La chiropratique 51
L'acupuncture 52

Évaluez votre condition physique 53

L'activité physique

Le corps est une machine qui ne demande qu'à fonctionner. Si elle est négligée, elle risque de rouiller. Ne l'oubliez pas!

Depuis quelques années, vous sentez vos facultés physiques diminuer et vous pensez que c'est l'âge? Ne serait-ce pas aussi l'inactivité?

Une vie active ne garantit pas une longévité accrue ou une santé inaltérable. Toutefois, elle assure vigueur et bien-être. Lors d'une maladie ou d'une intervention chirurgicale, les chances de rétablissement sont plus grandes.

Pour mieux dormir, manger avec appétit et diminuer le degré d'anxiété, il faut passer à l'action et suivre un programme régulier et progressif d'activités physiques.

Les jeux olympiques ne seront pas pour cette année, c'est sûr; il faut commencer lentement et en faire un peu plus chaque jour. Cette progression détermine l'amélioration de la condition physique.

Partez du bon pied: choisissez un programme graduel, qui vous satisfait et est approprié à votre situation.

Si vous n'êtes pas habitué à faire de l'exercice ou si vous souffrez de troubles cardiaques, il est préférable de consulter votre médecin. Après examen, il vous conseillera ou non de subir un test de condition physique qui permettra de mesurer votre aptitude à l'exercice et de déterminer votre

forme physique initiale. Quel que soit l'état de santé, on peut faire de l'activité physique... adaptée à ses capacités. Il existe maintenant, pour les personnes ayant subi des crises cardiaques, des programmes de réadaptation.

À vous de choisir...

Vous avez l'embarras du choix. Au début, vous pouvez tout simplement aller au magasin à pied, utiliser les escaliers ou faire les travaux ménagers vous-même. Progressivement, vous pourrez vous adonner à des activités comme la marche ou la bicyclette, qui renforcent les jambes. Des sports tels que le tennis, le golf, les fers à cheval ou les quilles, qui aident à maintenir l'élasticité musculaire du haut du corps, ou des activités comme la natation ou le ski de randonnée sont bénéfiques pour l'ensemble des muscles du corps. L'important est de vous consacrer à un sport que vous aimez.

Où s'adresser?

Vous avez besoin de conseils ou vous désirez vous intégrer à un groupe? Il existe dans votre région des organismes qui offrent des services professionnels:

- les associations sportives;
- le Centre local de services communautaires (C.L.S.C.);
- certains clubs de l'âge d'or;
- les modules Kino-Québec de votre territoire;
- le service de l'éducation aux adultes des commissions scolaires;
- le service des loisirs de votre municipalité;
- le service des sports des différentes universités ou associations professionnelles;
- la Société canadienne de la Croix-Rouge;
- le Y.M.C.A. ou le Y.W.C.A.

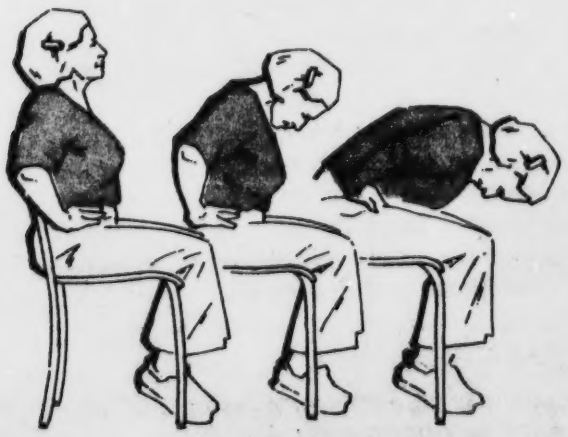
Les numéros et les adresses de ces organismes se trouvent dans votre annuaire téléphonique.

Précautions:

- s'assurer d'aller à son propre rythme en évitant les mouvements brusques;
- toujours bien respirer sans retenir son souffle;
- bouger la tête lentement sans forcer les mouvements;
- s'arrêter si on ressent une douleur ou un étourdissement;
- éviter de pencher la tête trop bas pour les personnes sujettes à la haute pression.

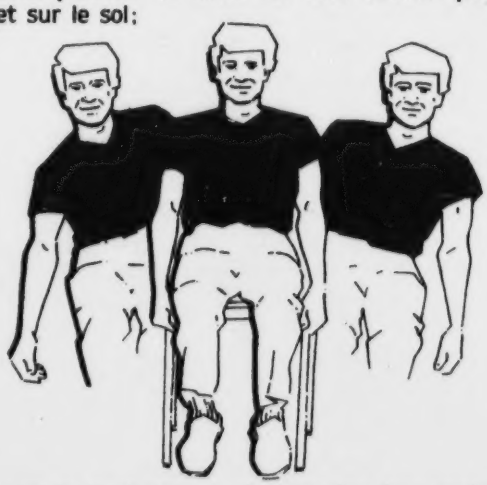
La respiration:

- mains aux hanches, pencher le haut du corps vers l'avant en expirant;
- redresser le corps vers le haut en inspirant;
- répéter.



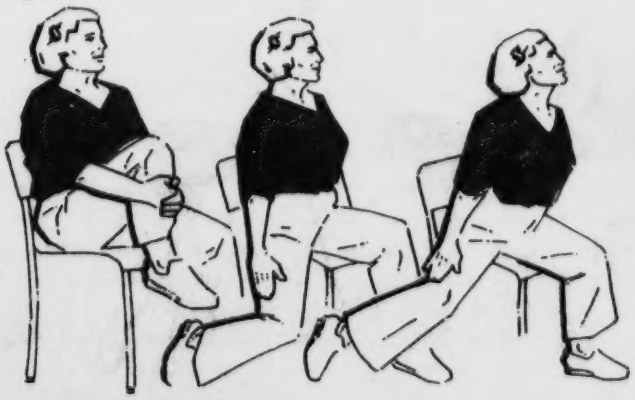
La taille :

- les bras pendants, pencher le tronc de côté comme pour prendre un objet sur le sol ;
- remonter en inspirant ;
- répéter.



Les hanches :

- assis sur le devant de la chaise, en s'aidant des deux mains, amener le genou vers la poitrine ;
- redescendre le genou et étirer la jambe vers l'arrière ;
- faire la même chose avec l'autre jambe ;
- répéter.

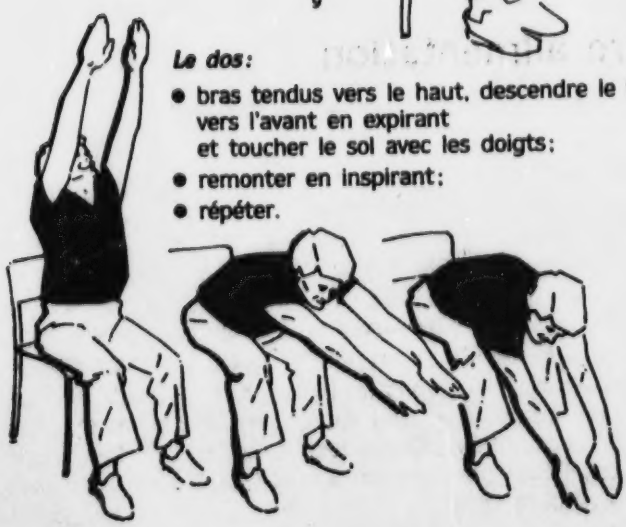


Le ventre :

- mains aux épaules, pencher le tronc vers l'avant en expirant et toucher le coude droit avec le genou gauche ;
- revenir à la position initiale en inspirant ;
- refaire de l'autre côté ;
- répéter.

Le dos :

- bras tendus vers le haut, descendre le tronc vers l'avant en expirant et toucher le sol avec les doigts ;
- remonter en inspirant ;
- répéter.



Relexation:

- assis, bras pendants de chaque côté;
- fermer les yeux;
- inspirer profondément en gonflant le ventre;
- expirer lentement;
- répéter à votre propre rythme.

Votre alimentation

« Nous sommes ce que nous mangeons »

Cette devise signifie simplement que la façon dont nous nous alimentons fait toute la différence entre une bonne et une mauvaise forme physique, entre un bon et un mauvais rendement. Bien manger constitue une assurance-santé peu coûteuse à laquelle il n'est jamais trop tard de souscrire.

C'est simple: il suffit d'observer la règle d'or en alimentation qui est de prendre des repas nourrissants et bien équilibrés.

Une bonne santé n'est pas un bien acquis. En vieillissant, il faut veiller davantage à la qualité et à la quantité des aliments consommés, puisque les besoins énergétiques sont moindres. Il faut adapter son alimentation à son âge et à ses nouvelles activités.

L'important est de puiser dans les quatre groupes d'aliments du guide alimentaire, soit:

- le lait et les produits laitiers;
- le pain et les céréales;
- les fruits et les légumes;
- la viande, le poisson, la volaille ou leurs substituts.

Il est important de varier quotidiennement ses aliments

Consommez à chaque repas des aliments contenus dans deux ou trois de ces groupes; ils fourniront tous les éléments nutritifs dont l'organisme a besoin. Chacun de ces groupes d'aliments joue un rôle bien particulier pour le bien-être de l'organisme.

Le lait et les produits laitiers

Le lait et les produits laitiers sont indispensables à l'entretien des os et des dents; cela est particulièrement important lorsqu'on atteint « l'âge de la sagesse ». Si vous n'avez pas bu un bon grand verre de lait depuis votre jeunesse, il n'est pas trop tard pour bien faire. Et si vous n'êtes vraiment pas un adepte du lait, il existe une solution de rechange: les produits laitiers. Rien de mieux qu'un yogourt, un morceau de fromage ou encore une crème glacée; mais attention, pas d'abus! À noter cependant que le lait est enrichi de vitamines D, et non les autres produits laitiers.

Le pain et les céréales

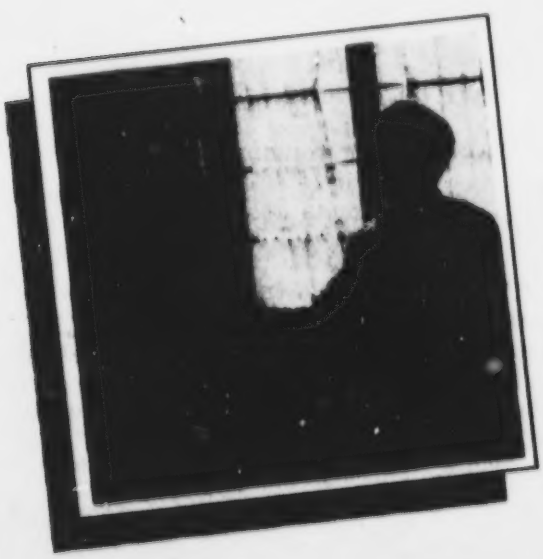
Le pain et les céréales contiennent de l'amidon, des protéines végétales, de la vitamine B et des sels minéraux. Ils possèdent donc d'excellentes qualités nutritives. Pour ce groupe d'aliments, nous suggérons le pain et les céréales à grain entier, qui contiennent beaucoup de fibres, ce qui favorise l'élimination et réduit les besoins de laxatifs.

Les fruits et les légumes

Les fruits, pour leur part, sont de bonnes sources de vitamines et de minéraux, surtout lorsqu'ils sont pleins de saveur. Ce sont des trésors à découvrir. Il y a aussi les mal connus, souvent les mal aimés; vous l'avez deviné, ce sont les légumes. Pourtant, ils constituent une source étonnante de vitamines et sont indispensables au bon fonctionnement de l'intestin.

La viande et les substituts

La viande, le poisson, les oeufs et autres substituts tels que les légumineuses, procurent à l'organisme une teneur élevée en protéines de bonne valeur nutritive. Mais nous, Québécois, avons tendance à privilégier « Dame viande » à ses confrères. Il est totalement faux de croire qu'on doit manger deux repas de viande par jour pour être en santé.



Vous pourriez avoir des surprises...

Trop, c'est trop! mais, pour la plupart des gens, le sucre occupe une place d'honneur dans le régime alimentaire.

Saviez-vous que nous mangeons en moyenne 40 kilos de sucre par année? Nous avons tous besoin de sucre, mais...

Enfant, les promesses de sucreries nous ont fait tenir bien sage. Maintenant adulte, nous pensons sans doute que, mis à part le sucre que nous mettons dans notre café, nous tenons très peu au sucre. Attention aux surprises... Le sucre que nous consommons se retrouve sous différentes formes.

Quelques exemples?

- la mélasse;
- le miel;
- le ketchup;
- les mayonnaises commerciales;
- les cornichons sucrés;
- le maïs en crème;
- les légumes en conserve;
- les fruits sucrés en conserve;
- les céréales sucrées;
- les desserts à la gelée.

Le sucre est incorporé à ces aliments, mais à des degrés divers.

Un peu trop de douceur, n'est-ce pas?

Apprendre à lire les étiquettes

Pour réduire la consommation de sucre, on a tout intérêt à rechercher les indications « non sucrés », « pas de sucre » et « sans sucre ajouté » sur les étiquettes.

Il sera toujours possible de se « sucrer le bec » puisque plusieurs aliments, à l'état naturel, contiennent déjà du sucre et qu'ils satisfont, en général, aux besoins de l'organisme. Ainsi, à compter d'aujourd'hui..., une pomme, c'est bien meilleur!

Attention au sel

Pour éviter de manger trop salé, il est bon de n'ajouter le sel qu'en fin de cuisson des aliments. Beaucoup d'aliments en conserve sont très salés; entre autres, les soupes, les charcuteries, les poissons. Pour contrôler la quantité de sel que l'on mange, rien de mieux que de cuisiner à la maison. Éviter d'en ajouter systématiquement, lui préférer des assaisonnements à base d'herbes et d'épices.

Quoi boire?

L'eau

L'eau est sans contredit la meilleure des boissons. Il faut en boire beaucoup parce que l'organisme a besoin d'au moins un litre d'eau par jour, parce qu'elle aide à éliminer les déchets et n'apporte aucune calorie.

Les eaux embouteillées

Qui n'a pas un jour ou l'autre dégusté une bonne bouteille d'eau minérale? Mais attention! dans certain cas, il vaut mieux être prudent! Plusieurs contiennent beaucoup de sel.

Les eaux embouteillées n'ont pas toutes le même goût. Elles n'ont pas toutes, non plus, la même composition. Elles proviennent de sources différentes et possèdent donc des propriétés nutritives distinctes. Contrairement à l'eau du robinet, les eaux embouteillées ne subissent pas de traitement chimique, sauf, quelques-unes, une gazéification ajoutant à leur propriété digestive. Il revient à chacun de décider s'il préfère une eau plate ou une eau gazéifiée.

L'eau minérale ne fait pas de miracle. Il faut savoir la choisir et bien s'en servir.

Il existe deux grandes catégories d'eaux embouteillées:

- les eaux à faible teneur en sels minéraux;
- les eaux à forte teneur en sels minéraux;

Il faut donc surveiller le pourcentage des sels. *Lisez les étiquettes.*

Pour information, communiquez avec:

- le Centre local de services communautaires (C.L.S.C.) de votre localité. Vous trouverez la liste des C.L.S.C. à l'annexe II du *Guide*;
- le Département de santé communautaire (D.S.C.) rattaché à votre centre hospitalier. Vous trouverez la liste dans votre annuaire téléphonique sous la rubrique « Hôpital ».

Pour obtenir de la documentation:

▶ **Ministère des Affaires sociales**
Direction des communications
845, rue Joffre
Québec (Québec)
G1S 3L8
Tél.: (418) 643-3380

Les vitamines

La course aux vitamines... Êtes-vous un adepte de ce sport?

Sans trop savoir pourquoi ni comment, certaines personnes ont la mauvaise manie d'ingurgiter un peu trop de vitamines. Certaines craignent le mauvais temps et veulent s'offrir une assurance contre la grippe! D'autres veulent acquérir une santé de fer, de la force ou de l'énergie pour passer l'hiver... Bref, toutes les raisons sont bonnes pour « piluler » de manière inconsidérée. Les vitamines font souvent l'objet d'une consommation injustifiée. Il ne faudrait pas croire qu'elles constituent la solution miracle à tous les maux.

Essentielles à la vie, elles assurent le bon fonctionnement de l'organisme, protègent la santé en empêchant certaines maladies (déficience de vitamines et carence en vitamines). Mais, la plupart du temps, il suffit de s'en remettre à la règle d'or en alimentation: « bien se nourrir; une alimentation saine et équilibrée ».

La plupart des aliments contiennent des vitamines. Le lait, le pain à grain entier ou enrichi, le beurre, les viandes, les poissons ainsi que les fruits et les légumes en contiennent suffisamment pour répondre aux besoins de l'organisme. En particulier, on doit manger souvent des crudités, des légumes verts et jaunes. Toutefois, comme chaque aliment n'en contient qu'une faible quantité, l'alimentation doit être variée pour que l'organisme trouve sa ration quotidienne de vitamines essentielles à son bien-être.

Toute personne qui se nourrit bien n'a pas besoin de suppléments de vitamines. Lorsque vous ressentez de la fatigue, peut-être avez-vous l'habitude de prendre des comprimés de vitamine C. Mais, en vérité, quelques heures supplémentaires de repos ou d'activité physique selon le cas vous redonneraient toute votre vitalité. De plus, la fatigue peut être causée par de multiples facteurs, y compris un manque de vitamines autres que la vitamine C.

Si une alimentation équilibrée procure à l'organisme toutes les vitamines nécessaires, un surplus vitaminique peut nuire à la santé. Par exemple, trop de vitamine A et D peut être toxique.

Il peut arriver, à certaines périodes, qu'un supplément vitaminique soit essentiel. Dans ce cas, votre médecin et votre diététiste demeurent les meilleurs juges et sauront vous conseiller utilement.

- *Saviez-vous que les besoins de l'organisme en vitamines ne varient pas selon les saisons?*
- *Saviez-vous que la cigarette « brûle » la vitamine C?*

Tout cela porte à réfléchir, n'est-ce pas?
Votre médecin, votre pharmacien ou votre diététiste demeurent les meilleurs conseillers en la matière. N'hésitez pas à les consulter.

Avez-vous vraiment besoin d'un laxatif?

C'est encore à voir...

Pour certaines personnes, les laxatifs font quasiment partie de leur alimentation, tellement ils en consomment. Ces « drogués » des laxatifs ont, dans certains cas, de sérieux ennuis.

Tous les laxatifs ne conviennent pas à tout le monde. Ils font parfois obstacle à l'action de certains médicaments et peuvent même être contre-indiqués si l'on souffre de certaines maladies. Même les personnes en bonne santé doivent être prudents. L'usage régulier des laxatifs n'est recommandé pour personne. Il entraîne automatiquement une habitude, une « dépendance »; l'intestin devient paresseux et attend sa pilule ou son sirop pour se mettre en marche. Se purger régulièrement condamne l'organisme à la dépendance.

Il existe six sortes de laxatifs: les laxatifs irritants, les laxatifs salins, les laxatifs huileux, les laxatifs « agent de masse », les lavements et les suppositoires.

Laissez place à la nature... Consommez des aliments riches en fibres et constitués de son tels que les céréales, le pain à grain entier, les fruits et les légumes crus, les légumineuses, etc. Si vous devez faire usage d'un laxatif, faites le bon choix. On ne choisit pas un laxatif comme on choisit une marque de café. Si vous n'êtes pas certain du type de produit qui vous convient, profitez d'une visite chez votre médecin pour lui demander conseil ou consultez votre pharmacien.

Des dents belles à croquer

Si on y fait attention, on peut garder ses dents naturelles toute la vie. Même au 3e âge, la carie est encore active; les dents étant souvent déchaussées, la carie les attaque surtout à la racine. Ces caries peuvent ordinairement être réparées, si vous voyez le dentiste assez tôt.

Mais le problème le plus important, c'est la maladie de la gencive, dont les principaux signes sont: l'inflammation, l'infection(pus), le saignement et le décollement de la gencive, puis la destruction lente de l'os qui supporte la dent, la mobilité des dents et enfin, leur perte.

Avec un minimum de soins, on peut éviter ces problèmes. Il est aussi important de se brosser les dents à 70 ans qu'à 7 ans. L'usage de la soie dentaire est aussi nécessaire. Les friandises et les aliments très sucrés sont à éviter, surtout entre les repas.

Vous n'avez plus vos dents naturelles?

Ne perdez pas votre sourire pour autant! Il est important de faire remplacer les dents perdues, soit par une prothèse partielle, soit par un dentier complet. Ces prothèses donnent généralement un bon degré de satisfaction. Mais on doit s'assurer qu'elles demeurent bien ajustées. Voilà pourquoi on doit les faire examiner de temps en temps et les faire rajuster si nécessaire.

En somme, le maintien de la santé buccale dépend d'abord des soins quotidiens qu'on y apporte. Mais aussi, n'oubliez pas que votre dentiste est le meilleur ami de vos dents. Consultez-le régulièrement (une fois l'an suffit généralement). Par l'examen de vos dents, de vos gencives et de l'ensemble de la cavité buccale, il pourra déceler et corriger avant que ne surviennent des problèmes graves.

Pour plus de renseignements, communiquez avec:

le Département de santé communautaire (D.S.C.) de votre localité. Vous trouverez la liste dans votre annuaire téléphonique;

ou

▶ Ordre des dentistes du Québec
3565, rue Berri
Bureau 200
Montréal (Québec)
H2L 4G3
Tél.: (514) 842-9112

Un vaccin contre la grippe

La vaccination contre la grippe est une mesure de prévention inoffensive dont l'efficacité est reconnue. Sur le plan communautaire, il s'agit de la seule approche valable de protection des personnes vulnérables en raison de l'âge ou d'une affection chronique préexistante.

Une fois l'an, le ministère québécois des Affaires sociales vous offre gratuitement, si vous avez 65 ans et plus, un vaccin contre la grippe. Il est généralement disponible chez votre médecin ou dans le C.L.S.C. de votre localité au début d'octobre. Pour qu'il soit efficace, il faut le recevoir quelques semaines avant l'apparition de la grippe qui survient généralement au début de l'hiver.

Le vaccin provoque la formation d'anticorps qui confèrent une certaine résistance contre l'infection grippale. Quand le virus vivant apparaît, ces anticorps agissent pour protéger l'organisme contre la maladie.

Les vaccins grippaux modernes causent peu d'effets secondaires. Moins du tiers des personnes vaccinées sont incommodées par des réactions locales consistant en une rougeur et des courbatures au site d'injection et persistant un jour ou deux. Certaines réactions comme la fièvre, le malaise, etc, quoique peu fréquentes, débutent 6 à 12 heures après la vaccination et durent un jour ou deux. Ces réactions constituent la majeure partie des effets secondaires de la vaccination grippale.

Si vous êtes allergique aux oeufs, vous devrez probablement vous abstenir de recevoir le vaccin.

Parlez-en à votre médecin.
Si, en de très rares occasions, une réaction grave survenait par suite de la vaccination, consultez immédiatement votre médecin.

Vous êtes victime de la grippe, que faire?

Il n'existe aucun traitement particulier contre la grippe. « Gardez le lit et buvez beaucoup de liquide », vous dit-on. Le repos constitue en effet le seul remède efficace, avec peut-être des comprimés fébrifuges (qui réduisent la fièvre) et une consommation plus grande de liquides, qui prévient la déshydratation. Si les malaises persistent, mieux vaut consulter votre médecin.

Le cancer: monstre réel ou « Bonhomme-sept-heures »?

« Vaut mieux prévenir que guérir »

Il est faux de prétendre que « tout est cancérigène ». Il n'est pas nécessaire de changer complètement sa façon de vivre et de renoncer aux plaisirs de la vie. Par contre, on peut faire beaucoup sur le plan individuel pour réduire les possibilités du cancer.

Le cancer est une réalité de la vie; ce n'est pas en faisant l'autruche que l'on écarte sa menace. Notons que *30 % des cancers sont liés à des facteurs sur lesquels on a un certain contrôle.* On doit faire le premier pas. Il suffit d'un petit effort, car la vie en vaut bien la peine.

Le problème le plus sérieux au sujet du cancer demeure la crainte que le mot lui-même engendre. *Peur et ignorance vont de pair.* Il vaut mieux se renseigner sur la maladie.

Tout d'abord:

- *les chances d'être atteint d'un cancer sont relativement minimes;*
- *certaines formes de cancer peuvent être évitées;*
- *un cancer diagnostiqué à temps aura, dans la majorité des cas, de bonnes chances d'être complètement guéri.*

La clé d'un traitement réside dans un diagnostic précoce. Il est essentiel de reconnaître les symptômes. Pour aider les gens, la Société canadienne du cancer a établi sept mesures de prévention:

1. subir un examen médical et dentaire;
2. surveiller tout changement anormal de votre état de santé;
3. signaler l'apparition d'une bosse ou d'une plaie qui ne guérit pas;
4. éviter de s'exposer trop longtemps au soleil;
5. renoncer à fumer;
6. pour les femmes, subir périodiquement une cytologie vaginale, communément appelé le Test Pap. Il permet de détecter très tôt le cancer de l'utérus. Ce test, très simple, fait maintenant partie de l'examen gynécologique régulier;
7. pratiquer une fois par mois l'auto-examen des seins.

Lors de votre prochaine visite chez votre médecin, demandez-lui de vous examiner et de vous montrer comment faire un auto-examen. De plus le bureau local de la Société canadienne du cancer peut vous fournir des dépliants, des films et tout autre matériel sur le sujet. En pratiquant votre auto-examen, vous apprendrez vite à vous connaître et, si quelque chose d'anormal apparaît, vous vous en apercevrez tout de suite.

La Société canadienne du cancer

La Société canadienne du cancer bénéficie de l'aide de centaines de milliers de bénévoles qui s'occupent de la campagne de souscription, d'assistance aux malades et d'éducation populaire.

Le service aux malades

Le Programme de services aux malades de la Société canadienne du cancer peut aider à satisfaire certains besoins physiques (non médicaux); permet de trouver auprès des bénévoles du réconfort qui aide à garder une attitude positive.

Voici un éventail des services offerts par la Société (à noter que les services peuvent être différents d'une localité à une autre):

- la fourniture de pansements, de prothèses et de médicaments destinés à calmer la douleur et à des services personnels;
- le transport de malades aux cliniques pour des traitements périodiques;
- examens et visites à domicile;
- échanges entre un malade guéri et un malade souffrant;
- visite aux femmes ayant subi une mammectomie pour les aider à reprendre goût à la vie, tant du point de vue physique que du point de vue émotif;
- ouvrages de référence.

Si vous avez des doutes sur votre état de santé, consultez sans tarder votre médecin ou un gynécologue. Vous pouvez aussi vous rendre directement à la consultation externe d'un hôpital.

Vous trouverez la liste des bureaux de la Société canadienne du cancer dans votre annuaire téléphonique.

Le cancer du sein

Vous vous séchez après avoir pris un bain et vous sentez une bosse dans l'un de vos seins. Que faites-vous?

De nombreuses femmes n'en parlent pas parce qu'elles ont peur d'être atteintes du cancer, ou encore de devoir subir une mammectomie... De telles appréhensions sont compréhensibles, mais la politique de l'autruche constitue aussi la

solution la plus dangereuse. Si cette bosse est cancéreuse, il est souhaitable qu'elle soit diagnostiquée et traitée au plus tôt.

Mettez toutes les chances de votre côté et effectuez une fois par mois l'examen de vos seins. Le seul symptôme d'un cancer du sein est, très souvent, une bosse dans le sein. Vous êtes la personne la mieux placée pour détecter cette bosse. Lors de votre prochaine visite chez votre médecin demandez-lui de vous montrer comment faire cet examen. La Société canadienne du cancer et le personnel du Centre local de services communautaires (C.L.S.C.) de votre localité sont aussi en mesure de vous aider.

Le régime d'assurance-maladie

La carte d'assurance-maladie : votre « carte-soleil » passe-partout

Si vous résidez de façon permanente au Québec, vous possédez sûrement la carte d'assurance-maladie, qui permet de bénéficier des divers services couverts par la Régie de l'assurance-maladie du Québec.

Si, pour quelque raison que ce soit, vous n'avez pas votre carte et que vous croyez être admissible, vous devez vous inscrire à la Régie en remplissant le formulaire « Inscription — Modification de l'inscription » et y joindre, selon le cas, une photocopie de votre extrait de naissance ou de votre certificat d'adoption ou de vos certificats délivrés par le ministère de l'Immigration du Canada et du Québec. Vous pouvez vous procurer ce formulaire dans la plupart des pharmacies, des cabinets des professionnels de la santé, des services de consultation externe des hôpitaux et des Centres locaux de services communautaires (C.L.S.C.), ou en vous adressant à la Régie. À la suite de votre demande, on vous fera parvenir votre carte d'assurance-maladie.

Le formulaire « Inscription — Modification de l'inscription » permet, de plus, d'apporter des modifications à votre dossier dans le cas:

- d'un changement d'adresse;
- d'un décès;
- d'un mariage;
- d'un divorce;
- d'une séparation;
- d'un changement de nom;
- d'un départ du Québec (temporaire ou définitif);
- d'une erreur ou d'un changement d'identité et ajoutez-y les documents suivants: jugement d'une cour de justice en rectification de nom, certificat de citoyenneté canadienne;
- d'un vol, de perte ou de détérioration de votre carte.

Votre carte d'assurance-maladie est obligatoire. Pour obtenir les services assurés, vous devez la présenter à chaque fois. Autrement, vous devrez payer pour les services reçus et demander un remboursement à la Régie.

Saviez-vous que:

- toute personne qui prête, donne ou vend sa carte d'assurance-maladie est passible de peines prévues par la loi;
- la carte d'assurance-maladie n'est pas valide à vie. La date d'expiration est inscrite dans le bas à droite. Quelque temps avant la date d'échéance, vous en recevrez une nouvelle automatiquement (sans en faire la demande);
- dans les trois mois qui suivent le décès du détenteur ou la perte du statut de résident du Québec, la carte doit être retournée à la Régie.

Il y a toujours des exceptions!

Le statut de résident du Québec demeure la condition d'admissibilité première pour se prévaloir du régime d'assurance-maladie, mais certains cas font exception à la règle:

- si vous manifestez l'intention de vous établir au Québec et que vous répondez à l'une des conditions suivantes, vous êtes admissible au régime de même que toutes les personnes à votre charge:
  - — vous êtes résident permanent ou immigrant reçu et cela, dès votre arrivée;
  - — vous êtes ressortissant étranger et désirez séjourner temporairement au Québec pour y travailler. Le ministère des Communautés culturelles et de l'Immigration du Québec vous a décerné un certificat d'acceptation. Dans ce cas, vous êtes bénéficiaire du régime pendant la période de validité de votre certificat;
  - — vous êtes un nouveau résident du Québec en provenance d'une autre province canadienne; dans ce cas, vous devenez admissible aux bénéfices des régimes d'assurance-maladie et d'assurance-hospitalisation le premier jour du 3e mois suivant la date de votre arrivée au Québec;

- si vous et les personnes à votre charge séjournez pour une période limitée hors du Québec, vous conserverez la qualité de résident du Québec si vous répondez à l'une de ces conditions:
  - — vous êtes fonctionnaire du gouvernement du Québec en service à l'extérieur de la province;
  - — vous êtes résident du Québec et séjournez hors du Québec moins de 12 mois consécutifs sans vous y établir;
  - — vous êtes l'employé d'un organisme sans but lucratif ayant son siège social au Canada et vous travaillez à

l'étranger dans le cadre d'un programme d'aide ou de coopération internationale reconnu par le ministère des Affaires sociales.

Si vous ne répondez pas à l'une des conditions mentionnées plus haut et que vous croyez être admissible au régime d'assurance-maladie, vous pouvez soumettre votre cas à la Régie pour étude.

Bénéficier de l'assurance-maladie n'est pas un droit acquis

Vous pouvez perdre tous les privilèges de l'assurance-maladie si vous êtes parmi les cas suivants:

- vous quittez définitivement le Québec pour vous établir dans une autre province du Canada. Vous demeurez bénéficiaire du régime pendant une période maximale de 3 mois;
- vous quittez définitivement le Québec pour vous établir dans un autre pays. Vous perdez vos droits dès la date de votre départ du Québec;
- vous possédez une résidence à l'extérieur du Québec. Pour demeurer bénéficiaire, vous devez démontrer que vous résidez au Québec et y êtes ordinairement présent au moins 183 jours consécutifs ou non, par année civile;
- vous séjournez plus de 12 mois hors du Québec, mais à l'intérieur du Canada, et décidez d'établir votre résidence dans la province où vous séjournez. Vous n'êtes plus considéré comme bénéficiaire du régime à compter du premier jour du 3e mois suivant la date de votre établissement définitif dans cette province;
- vous séjournez hors du Québec pendant plus de 12 mois consécutifs.

À noter que certains cas particuliers sont prévus par les règlements; vous pouvez communiquer avec la Régie à ce sujet.

Pour plus de renseignements sur le programme d'assurance-maladie et les services couverts, vous pouvez écrire à:

▶ **Régie de l'assurance-maladie du Québec**
Correspondance des bénéficiaires
Case postale 6600
Québec (Québec)
G1K 7T3

ou téléphoner à:

Québec: (418) 643-3445
Montréal: (514) 256-2611
(sans frais d'interurbain): 1-800-463-4881

Pour tout dire sur le programme d'assurance-maladie du Québec

Services médicaux et chirurgicaux	• les visites; • les consultations; • les soins psychiatriques; • les actes diagnostiques ou thérapeutiques; • la chirurgie; • l'anesthésie; • la radiologie; • la plupart des examens effectués dans les laboratoires connus.	• la psychanalyse, sauf si ce service est rendu dans un établissement autorisé par le ministre des Affaires sociales; • les consultations par télé-communication ou par correspondance; • l'acupuncture; • les consultations dans le but d'obtenir le renouvellement d'une ordonnance; • les services requis pour les fins de la justice;

Services médicaux et chirurgicaux (suite)		• les examens exigés pour obtenir un permis de conduire, un passeport, un visa, une police d'assurance; • les examens exigés par différents organismes; • les services dispensés à des fins purement esthétiques; • tout examen ou service non relié à un processus de guérison ou de prévention à la maladie; sont considérés comme tels: les examens d'emploi ou en cours d'emploi ou lorsque tel examen ou service est demandé par un employeur ou son représentant, à moins qu'un tel examen ou service soit exigé par une loi du Québec autre que la *Loi sur les décrets de convention collective*; • tout service rendu par un professionnel à son conjoint, à ses enfants.	

Assurance hospitalisation	*Au centre hospitalier:* • le séjour dans une salle de 3 lits ou plus; • les repas; • les soins infirmiers; • les tests de laboratoire; • les radiographies; • les électro-encéphalogrammes; • les électro-cardiogrammes et autres services diagnostiques; • certaines prothèses et appareils pouvant être intégrés à l'organisme (cardio-stimulateurs, plaques d'acier); • les médicaments ou autres préparations prescrits par un médecin et administrés pendant votre séjour à l'hôpital; • l'utilisation des salles d'opération, de réveil et des installations d'anesthésie; • le matériel anesthésique et chirurgical; • l'utilisation des installations de radiothérapie;	*Au centre hospitalier:* • le supplément pour la chambre à un ou deux lits lorsque c'est vous qui en faites la demande; • les médicaments que vous apportez à votre sortie de l'hôpital; • les appels téléphoniques interurbains et les télégrammes; • l'hospitalisation sans nécessité médicale (examens préventifs, bilans de santé, etc.); • la rémunération d'une infirmière particulière si c'est vous qui en faites la demande.	*Au centre hospitalier:* • si, pour des raisons médicales, votre médecin prescrit l'hospitalisation en chambre de un ou deux lits, vous n'aurez pas à payer la différence; • si, à votre admission vous avez demandé une chambre de un ou deux lits et que, par la suite seulement, votre médecin juge, par votre état de santé, qu'elle est nécessaire, vous devrez quand même payer le supplément; • si vous êtes un malade chronique et que vous désirez une chambre à un ou deux lits, une partie des frais seront assumés par l'assurance-maladie. La répartition des frais entre vous et la Régie sera établie en fonction de votre situation financière.

Assurance hospitalisation (suite)	• l'utilisation des installations de physiothérapie; • les services du personnel hospitalier. *En consultation externe:* • les soins d'urgence; • les soins de chirurgie mineure (l'prélèvement de poirs de suture, l'excision de petites tumeurs comme les verrues et les kystes, l'extraction de corps étrangers, le traitement de certaines fractures, l'application et l'enlèvement d'un plâtre, etc.); • les tests de laboratoire; • les radiographies; • les électrocardiogrammes; • les électroencéphalogrammes; • autres services diagnostiques; • les services de	*En consultation externe:* • la chirurgie esthétique, sans nécessité médicale; • les bilans de santé; • les examens exigés par les compagnies d'assurances; • les injections sclérosantes pour le traitement des varices à des fins esthétiques; • les prothèses et les appareils orthopédiques qui ne sont pas intégrés à l'organisme (lunettes, dentiers, etc.)[1]	

1. Si vous êtes bénéficiaire de l'aide sociale depuis au moins 6 mois, dans certains cas, ces prothèses peuvent être payées.

Assurance hospitalisation (suite)	• les services d'audiologie et d'orthophonie (troubles de l'ouïe et du langage); • les services d'orthoptique (troubles de la vue); • la radiothérapie, y compris la cobaltothérapie, la radiumthérapie ou autres; • les services cliniques de psychiatrie; • les traitements par électrochocs, l'insulinothérapie et la thérapie du comportement.		
Services ambulanciers	• le transport du domicile au centre hospitalier.		• vous devez être âgé de 65 ans et plus pour bénéficier du service ambulancier gratuit; • votre transport ambulancier doit être justifié, compte tenu de votre situation géographique et de votre état de santé, par votre médecin traitant ou par le médecin de garde lors de votre arrivée à l'hôpital.

Les médicaments	• tous les médicaments inscrits sur la « Liste des médicaments » publiée par la Régie de l'assurance-maladie et prescrit par un médecin ou un dentiste ; • les seringues et les aiguilles jetables qui sont requises pour l'administration de l'insuline.		• vous devez être âgé de 65 ans et plus pour être admissible au programme de médicaments ; • si vous avez entre 60 et 64 ans, que vous bénéficiez d'une allocation de conjoint en vertu de la *Loi sur la sécurité de la vieillesse* et que, sans cette allocation, vous auriez droit à l'aide sociale et que vous détenez le carnet de réclamation délivré par le ministère de la Main-d'oeuvre et de la Sécurité du revenu, vous pouvez obtenir vos médicaments gratuitement ; • la liste des médicaments est disponible deux fois par année (janvier, juillet) chez les médecins et les pharmaciens, pour consultation. Elle est en vente, en tout temps, chez l'éditeur officiel.

Les médicaments (suite)

Le remboursement maximum :

• compte tenu que, pour un médicament de même valeur thérapeutique, il existe des écarts de prix importants d'une marque à l'autre, la Régie de l'assurance-maladie a établi un « prix plafond » à sa contribution. Par exemple, si 5 compagnies offrent le même médicament à des prix différents, la Régie limite le remboursement au prix exigé par la 3e compagnie. [illegible]

Les médicaments (suite)			devrez payer la différence entre le « prix plafond » et celui de vos médicaments. Par contre, si votre ordonnance précise qu'il ne doit pas y avoir de substitution, vous n'aurez rien à rembourser.
Programme de chirurgie buccale	• les examens; • les consultations; • la radiologie; • les services de chirurgie buccale déterminés par règlement et qui sont requis au point de vue dentaire.	• ablations de dents ou de racines.	• les services de chirurgie buccale doivent être rendus par un dentiste ou un spécialiste en chirurgie buccale, en milieu hospitalier ou dans un établissement universitaire à condition qu'ils soient rendus au Québec, qu'ils le soient dans un établissement universitaire déterminé par règlement.
Services dentaires	• une prothèse dentaire complète ou partielle par maxillaire et par période de 5 ans, et dans le cas d'une première prothèse, trois mois au plus après au plus après l'extraction des dents; • la réparation et le redressement des prothèses à certaines conditions;	• certaines couronnes (or, porcelaine); • traitement de canal; • l'application topique de fluorure; • redressement des dents.	• pour recevoir gratuitement les services dentaires, vous devez bénéficier de l'aide sociale. En d'autres cas, ces services sont à vos frais; • tous les services dentaires assurés doivent être donnés en cabinet, en établissement ou ailleurs par des

Services dentaires (suite)	• examens; • consultations; • radiographies; • enseignement des mesures d'hygiène buccale; • nettoyage de dents; • plombage de dents; • couronnes en acier inoxydable ou nickel-chrome; • services de chirurgie (extraction de dents et de racines, ablation de kyste, réduction de fracture); • détartrage.		dentistes ou par des spécialistes en chirurgie buccale. Les prothèses peuvent être fournies par un dentiste, un spécialiste en chirurgie buccale ou par un denturologiste ayant signé un accord avec la Régie.
Services opto-métriques	• l'examen des yeux; • l'analyse de leurs fonctions; • l'étude des troubles visuels; • la prescription d'un traitement approprié.	• l'achat, la pose, l'ajustement et le remplacement des lunettes et des lentilles de contact; • l'orthoptique (troubles de la vue), sauf en établissement hospitalier; • les services dispensés à des fins purement esthétiques; • les services requis pour les fins de la justice; • les examens exigés par différents organismes ou associations;	• un seul examen complet et une seule étude de la vision des couleurs par période de deux mois est couvert par le programme.

Services optométriques (suite)		• les examens exigés pour obtenir un permis de conduire, un passeport, un visa, une police d'assurance.	
Prothèses mammaires	• deux prothèses mammaires externes par sein, jusqu'à concurrence de 50 $ par prothèse au cours d'une période de deux ans.		• le coût de vos prothèses vous sera remboursé uniquement si vous en faites la demande à: Régie de l'assurance-maladie du Québec Service du paiement aux bénéficiaires Case postale 6600 Québec (Québec) G1K 7T3 • vous devez joindre à votre demande les documents suivants: • une ordonnance signée par un médecin confirmant la mastectomie totale ou radicale, avec vos nom, prénom, adresse au complet ainsi que votre date de naissance et votre numéro d'assurance-maladie. (L'ordonnance n'est requise qu'à votre première demande.)

Prothèses mammaires (suite)			• une facture ou un état de compte spécifiant la date de l'achat de vos prothèses, la nature des services rendus et le montant payé. (Un coupon ou caisse n'est pas suffisant); • la facture ou l'état de compte doit mentionner le nom, l'adresse au complet et le numéro de téléphone de l'établissement où l'achat a été fait, ainsi que vos nom, prénom, adresse et numéro d'assurance-maladie au complet.
Aide financière aux stomisés	• une aide financière de 300 $ par année; • le supplément couvrant la différence entre l'allocation annuelle du 300 $ et les frais réellement engagés, et cela pour les bénéficiaires de l'aide sociale.		• ce programme s'adresse aux personnes ayant subi une iléostomie, une urostomie, une colostomie permanente; • pour obtenir l'aide financière vous devez faire parvenir une demande à la Régie en mentionnant vos nom, prénom, adresse complète, date de naissance, numéro d'assurance-maladie et numéro d'aide

Aide financière aux stomisés (suite)			sociale, le cas échéant. Cette demande doit être adressée à: Régie de l'assurance-maladie du Québec Service du paiement aux bénéficiaires Case postale 6600 Québec (Québec) G1K 7T3 • la première demande doit être accompagnée d'un certificat médical attestant le caractère définitif de l'intervention; • par la suite, il vous faudra présenter une nouvelle demande tous les douze mois; • si vous êtes bénéficiaire de l'aide sociale, vous devez fournir tous les reçus pour obtenir le supplément, y compris ceux qui correspondent aux dépenses assumées par l'allocation de 300 $.

D'autres questions ?

Est-ce que tous les médecins offrent leurs services gratuitement ?

La plupart des professionnels de la santé, que ce soit les médecins omnipraticiens, les médecins spécialistes, les pharmaciens, les dentistes, les optométristes et autres, participent au programme de l'assurance-maladie du Québec. Si un professionnel ne participe pas au programme, il doit aviser ses clients qu'ils devront assumer eux-mêmes les frais d'honoraires et n'auront droit à aucun remboursement de la Régie. À noter que les professionnels de la santé qui collaborent au programme de la Régie n'offrent pas leurs services « gratuitement », puisqu'ils sont rémunérés par la Régie de l'assurance-maladie.

Qu'arrive-t-il si je tombe malade hors du Québec ?

Si vous bénéficiez du régime d'assurance-maladie, que vous séjournez moins de 12 mois à l'extérieur de la province et que vous recevez au Canada des services hospitaliers qui sont assurés au Québec, l'établissement qui a dispensé les services sera entièrement remboursé. Cependant, les honoraires des médecins traitants vous seront remboursés pour un montant n'excédant pas ceux qui sont payables au Québec. Hors du Canada, la Régie remboursera entièrement le coût d'une hospitalisation d'urgence jusqu'à un maximum de 700 $. L'excédent n'est remboursable qu'à 50 %. Si vous recevez les soins d'un professionnel de la santé, le montant du remboursement auquel vous avez droit n'excédera pas celui qui est payable au Québec, même si vous avez payé plus cher. La Régie assume, sur autorisation préalable, tous les soins médicaux qui ne sont pas disponibles au pays.

Pour l'une ou l'autre de ces situations, vous devez demander un remboursement en remplissant le formulaire « Demande de remboursement » disponible à la Régie de l'assurance-maladie.

À noter qu'il existe des ententes avec divers pays en matière de sécurité sociale, en particulier à l'égard de l'assurance-maladie et de l'assurance-hospitalisation.

Pour en savoir davantage, adressez-vous au:

▶ **Secrétariat de l'administration des ententes de sécurité sociale**

515, rue Sainte-Catherine Ouest
Bureau 400
Montréal (Québec)
H3B 1B4
Tél.: (514) 873-5030

ou à:
Communication-Québec, dont la liste des bureaux se trouve à l'annexe I du *Guide*.

Peut-on avoir recours à ses assurances personnelles?

Vous pouvez vous prévaloir de vos assurances personnelles pour couvrir les frais de services, obtenus au Québec et ailleurs au Canada, qui ne sont pas déjà assurés en vertu du Régime d'assurance-maladie du Québec. Si vous avez reçu ces services hors du Canada, votre assurance assumera, s'il y a lieu, la différence entre le coût des services assurés et le montant payé par la Régie pour ces mêmes services. Elle remboursera la totalité des frais s'il s'agit de services qui ne sont pas inclus dans le programme d'assurance-maladie du Québec. Dans le cas des services où le régime d'assurance-maladie n'assume pas la totalité des dépenses effectuées, par exemple les prothèses mammaires, votre assurance peut combler la différence.

Puis-je obtenir une aide financière pour payer mes prothèses?

Vous souffrez d'un handicap permanent; le programme d'assurance-maladie dispense un ensemble de services très particuliers tels: prothèses oculaires, prothèses et appareils orthopédiques, aides visuelles, aides auditives. Pour obtenir

des renseignements supplémentaires sur ces services, communiquez avec la Régie d'assurance-maladie ou avec l'un des bureaux de Communication-Québec dont la liste est mentionnée à l'annexe I du *Guide*.

Si vous bénéficiez de l'aide sociale, vous êtes admissible à plusieurs services non mentionnés dans le tableau. Pour connaître l'ensemble du programme de l'aide sociale, communiquez avec:

le centre Travail-Québec de votre localité, dont vous trouverez l'adresse et le numéro dans votre annuaire télépnonique;

ou

Communication-Québec.

Qui fait quoi?

Ophtalmologiste:
Médecin spécialiste qui s'occupe de l'oeil, de la fonction visuelle, des maladies oculaires et des opérations pratiquées sur l'oeil. On l'appelle aussi oculiste.

Optométriste:
Opticien qui examine la vue.

Opticien:
Personne qui fabrique, vend des instruments d'optique. (Ex.: Faire faire ses lunettes chez l'opticien).

Les soins à domicile

Les Centres locaux de services communautaires (C.L.S.C.)

• consultations individuelles; • traitement de plaies; • surveillance de médication; • injections; • surveillance de l'état général; • prises de sang; • suivi pour diabétique; • autres soins pouvant être administrés à domicile.	• les soins doivent être recommandés par un médecin traitant; • lorsqu'il s'agit de soins post-opératoires, vous devez être référé par l'hôpital.	• votre état de santé doit justifier les soins à domicile; • ces soins médicaux ne peuvent vous être offerts par vous-même ou par vos proches. Ainsi une attention particulière est accordée aux personnes qui ne bénéficient d'aucun support; • vous ne pouvez, pour des raisons physiques, vous déplacer pour recevoir ces soins médicaux; • vous devez vous-même accepter de recevoir des soins médicaux à domicile.	• consultez votre médecin traitant; • faites une demande de soins à domicile au C.L.S.C. de votre district.	• les demandes ne sont pas acceptées automatiquement, elles sont soumises à une évaluation, le tout dans des délais respectables; • les soins médicaux sont administrés par des infirmiers; • les soins à domicile sont gratuits; • les C.L.S.C. constituent le premier organisme de référence pour obtenir des soins à domicile; • pour information, contactez le C.L.S.C. de votre district. La liste paraît à l'annexe II du *Guide*.

Département de santé communautaire (D.S.C.)

• administration de solutés; • pansements; • surveillance médicale; • administration des médicaments; • prise de sang; • autres soins réalisables à domicile.	• les soins doivent être une directive de votre médecin traitant; • lorsqu'il s'agit de soins post-opératoires, vous devez être référé par l'hôpital; • vous devez demeurer dans le territoire couvert par le Département de santé communautaire.	• vous ne possédez pas les capacités physiques nécessaires pour vous rendre dans un établissement hospitalier; • votre famille doit accepter, s'il y a lieu, de collaborer avec le Département de santé communautaire; • vous devez continuer à consulter votre médecin traitant puisque les soins offerts sont temporaires.	• consultez votre médecin traitant; • faites une demande au Département de santé communautaire de votre localité.	• s'il y a un C.L.S.C. dans votre localité, vous devez vous y référer en premier lieu; • les soins à domicile sont gratuits; • les Départements de santé communautaire sont rattachés à un centre hospitalier en particulier; • pour information, contactez le Département de santé communautaire de votre localité.

La Société canadienne de la Croix-Rouge

• prêt de matériel nécessaire aux soins d'un malade à la maison; articles prêtés: — lit d'hôpital, — table, — côtés de lit (pour une période d'un an), — marchette, — chaise roulante (pour une période de 3 mois), — chaise d'aisance, — canne quadripode, — béquilles, — canne, — on peut se procurer d'autres articles, dans certaines régions.	• une prescription médicale est exigée pour tous les articles, sauf les cannes; • vous devez fournir votre numéro d'assurance-maladie; • le transport du matériel est sous votre responsabilité.	• avoir besoin de ces articles pour des soins à domicile.	• consultez votre médecin traitant pour obtenir une ordonnance médicale; • faites une demande au bureau local de la Croix-Rouge.	• les articles sont prêtés pour une période limitée de 3 mois; • la Société canadienne de la Croix-Rouge offre ce service gratuitement; • pour information, contactez le bureau local de la Croix-Rouge, dont le numéro est inscrit dans votre annuaire téléphonique.

Les services de santé Upjohn (services privés)

• soins à domicile: — injection; — pansement; — vérification de la tension artérielle; — etc.; • services à domicile: — aide familiale; — dame de compagnie; — rédiger la correspondance; — etc.	• assumer les frais de ces services.	• les frais de service sont: — les services d'un infirmier coûtent 12 $ l'heure. Tarif uniforme jour et nuit. À noter qu'un minimum de 4 h (48 $) est exigé pour chacune des sorties; — les services d'un auxiliaire familial coûtent 6,80 $ l'heure (minimum 4 h); — le service de visite d'un infirmier ne dépassant pas 1 heure coûte 20 $. Une visite qui dure entre 1 heure et 2½ heures atteint 30 $; — le tarif horaire d'un aide-infirmier est de 16,50 $ pour 1 heure ou moins et de 7,75 $ l'heure pour de plus longues périodes; — les services de surveillance d'un malade, 24 heures par jour, montent à 75 $ par jour.	• en cas de besoin, composez le numéro suivant: (418) 529-5792	• une centaine d'infirmiers autorisés, infirmiers auxiliaires, aides infirmiers et auxiliaires familiaux oeuvrent au sein des services de santé Upjohn; • ce service de santé dessert la région de Québec; • les services de santé Upjohn sont offerts 24 heures par jour, sept jours par semaine; • pour obtenir des dépliants explicatifs écrivez à: Les Services de santé Upjohn 1155, rue Claire-Fontaine bureau 145 Québec (Québec) G1R 3B2

La parade des dix sous pour les handicapés du Québec

• service de prêt gratuit de: — chaises roulantes; — lits d'hôpital; — marchettes, etc.	• une prescription médicale.	• contactez l'organisme à l'adresse suivante: 1253, av. McGill College Bureau 475 Montréal (Québec) H3B 2Y5 Tél.: (514) 866-3080	• les prêts sont effectués pour trois mois maximum; • il n'y a pas de livraison.

En cas d'urgence

Surtout, pas de panique!

Rassurez-vous! vous êtes en sécurité!

M. Belhumeur, un bon vivant de 68 ans, a rencontré son ami, M. Beauregard, qui lui confiait combien il était anxieux depuis que son épouse avait subi une attaque cardiaque.

— « Je suis très inquiet. Je crains que ma femme ait une autre attaque. Nous sommes seuls à la maison et je ne saurais trop quoi faire en cas d'urgence. »

— « Tu n'es pas le seul dans cette situation. Plusieurs personnes ne savent pas où s'adresser en cas d'urgence. Pourtant, il existe au Québec un ensemble de services qui peuvent nous aider. »

Les services ambulanciers

Les services ambulanciers constituent le service d'urgence majeur. Si vous êtes âgé de 65 ans et plus ou si vous êtes bénéficiaire de l'aide sociale, le transport par ambulance est gratuit. Toutefois, le médecin traitant ou le médecin qui vous prend en charge à l'établissement ou toute autre

personne spécialement mandatée par le directeur général de l'établissement doit certifier que votre état de santé justifiait le mode de transport sur civière par ambulance pour avoir droit à la gratuité du transport. Il existe différentes compagnies qui offrent des services ambulanciers; pour en connaître la liste, vous devez consulter votre annuaire téléphonique sous la rubrique « Ambulance ».

Pour plus de sécurité, il est préférable de conserver, bien à la vue, le numéro de téléphone d'un service d'ambulance. Il existe des autocollants avec la mention « AMBULANCE », que vous pouvez coller sur votre appareil de téléphone. Si, en cas d'urgence, vous êtes pris de panique ou que votre condition ne vous permet pas d'appeler une ambulance, vous pouvez faire le « 0 », et la téléphoniste pourra composer l'appel pour vous.

Les cliniques d'urgence

Il existe une clinique d'urgence dans la quasi-totalité des centres hospitaliers. Les services sont couverts par le régime d'assurance-maladie. Sur place, une équipe spécialisée peut vous offrir tous les soins nécessaires. Pour connaître les noms et adresses des cliniques d'urgence, vous devez consulter votre annuaire téléphonique sous la rubrique « Hôpital ».

Certains Centres locaux de services communautaires (C.L.S.C.) ont une clinique d'urgence; cependant, vous devez demeurer dans la localité desservie par ce C.L.S.C. La liste des Centre locaux de services communautaires avec clinique d'urgence se trouve à l'annexe II du *Guide*.

Urgence-Santé

Urgence-Santé est un service qui répond aux situations graves qui exigent une intervention médicale immédiate sur place et un transport par ambulance.

Urgence-Santé dessert uniquement: l'île de Montréal, l'île de Laval, l'île Bizard, l'île Notre-Dame, l'îles des Soeurs et l'île Sainte-Hélène.

Comment procéder?

Il suffit de composer 842-4242, et une infirmière ou un médecin reçoit votre appel. Vous expliquez la situation et, si c'est une « urgence urgente », un médecin ou une équipe d'ambulanciers viendra vous porter secours. Le malade est transporté à l'hôpital, s'il y a nécessité.

URGENCE-SANTÉ: 842-4242

Télé-Médic

Télé-Médic est une entreprise de Québec qui offre des services d'urgence et des soins à domicile. Elle couvre uniquement la région du Québec métropolitain. Ces services, offerts gratuitement, sont disponibles 24 heures par jour, 7 jours par semaine. Télé-Médic regroupe 23 médecins collaborateurs. Ceux qui habitent le Québec métropolitain peuvent contacter Télé-Médic au numéro 687-9911; un médecin leur rendra visite. Les frais sont assurés par la Régie de l'assurance-maladie du Québec.

Il existe d'autres services similaires:

- pour les résidents de la ville de Charlesbourg:

▶ **Secours-Médic**
6760, avenue Isaac-Bédard
Charlesbourg (Québec)
G1H 3A3
Tél.: (418) 627-3410

- pour les résidents de Montréal-Nord et de Laval:

Urgence M.D.: 337-3081

Maintenant que vous savez tout, ou presque, faites votre liste de numéros de téléphone à composer « *en cas d'urgence* », que vous garderez à proximité... naturellement!

Cardio-Alerte: lorsqu'il faut pousser sur le bouton de « panique »

Un bracelet Cardio-Alerte ou une carte médicale pourrait être d'un grand secours à Mme Beauregard en cas d'urgence.

Cardio-Alerte est un organisme sans but lucratif qui offre des services aux personnes atteintes de maladies cardio-vasculaires. Un service d'urgence est disponible 7 jours par semaine durant 24 heures.

De plus, Cardio-Alerte prête à tous ses membres un bracelet avec boîtier contenant leur fiche signalétique, qu'ils doivent remplir avec la collaboration de leur médecin traitant. Tous les membres des forces policières et de sécurité connaissent le bracelet et ils sont automatiquement informés des soins particuliers dont le malade a besoin.

Pour devenir membre de Cardio-Alerte il faut verser une cotisation annuelle de 15 $. Non, ce n'est pas cher pour les services que cela peut rendre.

Pour plus de renseignements, composez: (418) 653-1324
(418) 653-1328

ou rendez-vous au bureau situé au:

▶ 2725, chemin Sainte-Foy
Pavillon Laval
Québec (Québec)
G1V 4G5

Il y a aussi la Carte Médicale

La Carte Médicale constitue un système d'identification personnelle et médicale contrôlé par l'organisme Banque de données médicales. Cette carte contient un microfilm qui donne immédiatement des renseignements très importants tels que:

- les antécédents médicaux;
- le médecin personnel ou spécialisé;
- les allergies;
- le programme de médicaments, etc.

On se procure un bracelet ou un collier avec le choix d'inscriptions suivantes: allergie à la pénicilline, voir Carte médicale, diabétique, épileptique, troubles cardiaques, allergie aux médicaments. La Carte Médicale offre un service télé-

phonique sans frais 24 heures par jour, n'importe où dans le monde, afin de fournir les renseignements nécessaires au personnel d'urgence. Il s'agit d'une véritable « ligne de vie ».

Le coût d'abonnement pour la Carte Médicale est de 18 $ par personne pour 3 ans. Si vous êtes âgé de 60 ans et plus, vous devenez membre à vie dès la première cotisation.

Pour obtenir des renseignements supplémentaires, écrivez à:

▶ **Banque de données médicales**
3204, rue Grande-Allée
Saint-Hubert (Québec)
J4T 2S5
Tél.: (514) 933-1017

Chacun ses « bobos », chacun ses « bibittes »

L'arthrite

Il existe plus de 100 différentes formes d'arthrite; certaines sont plus ou moins graves, d'autres le sont extrêmement. Si les effets de chacune sont connus, on ignore encore comment prévenir la plupart des formes d'arthrite. Nul ne peut prédire comment une personne sera affectée ou comment elle devrait être traitée aussi longtemps que la forme particulière d'arthrite dont elle est atteinte n'aura pas été établie, par le diagnostic d'un médecin.

Si vous souffrez d'arthrite, il est recommandé de:

- consulter votre médecin au début de la maladie. C'est là que son intervention vous sera le plus salutaire. Suivez fidèlement ses conseils;
- éviter de soumettre les articulations affectées à des efforts et à des pressions inutiles. Si votre médecin recommande des exercices thérapeutiques, suivez fidèlement et attentivement ses instructions;

- se méfier des médicaments non prescrits par le médecin et des « cures miracles » ;
- prendre régulièrement le sommeil et le repos dont vous avez besoin ;
- ne pas vous inquiéter outre mesure. Sous surveillance médicale, plusieurs aspects de l'arthrite, dont la douleur et l'incapacité motrice, peuvent être contrôlés.

L'Association des arthritiques de Québec

L'Association des arthritiques de Québec existe depuis 1980. Elle vous apportera l'aide et l'assistance nécessaire en vue de mieux connaître et comprendre votre état ; elle vous aidera à améliorer votre qualité de vie.

Si vous désirez devenir membre de l'Association ou si vous voulez plus d'information, composez : (418) 623-9675.

Renseignements supplémentaires

Votre médecin est la personne la plus qualifiée pour vous informer sur votre cas. La Société d'arthrite, pour sa part, peut vous renseigner sur la maladie en général et sur les programmes offerts.

Bureaux de division de la Société d'arthrite au Québec :

▶ Division Québec

2075, rue University
Bureau 1206
Montréal (Québec)
H3A 2L1
Tél. : (514) 842-4848

880, chemin Ste-Foy
Bureau 905
Québec (Québec)
G1S 2L2
Tél. : (418) 687-1177

Téléphones pour les « durs d'oreille »

Dans notre vie de tous les jours, on ne saurait se passer du téléphone, instrument de communication indispensable s'il en est un. Si vous avez 65 ans et plus et souffrez d'un handicap physique, certaines améliorations peuvent être apportées à votre appareil.

Si vous souffrez de troubles mineurs de l'ouïe, vous pouvez régler vous-même la sonnerie du téléphone ou demander à l'installateur de le faire. Vous pouvez aussi faire ajouter une grosse sonnerie à votre appareil. Il existe également un combiné conçu exprès pour les personnes dures d'oreille; il est muni d'un bouton qui permet d'amplifier le volume de la voie de l'interlocuteur.

Si vous avec la voix faible, il existe un combiné avec amplificateur qui permet d'augmenter le volume de votre voix et de converser au téléphone sans effort. Pour l'un ou l'autre de ces dispositifs, vous ne débourserez que 5 $ au moment de l'installation. Aucuns frais mensuels additionnels ne seront exigés.

Composez sans frais: 1-800-361-8412, pour obtenir plus de renseignements.

La chiropratique et l'acupuncture: des médecines alternatives

La chiropratique

En 1973, le gouvernement québécois a reconnu la chiropratique comme une profession autonome.

En quoi consiste-t-elle?

La chiropratique est un mode de traitement (thérapeutique manipulatoire) qui accorde une grande importance au système nerveux et à la colonne vertébrale. Elle a pour objet de pratiquer les corrections de la colonne vertébrale, des os, du bassin ou des autres articulations à l'aide des mains. Elle dépiste, évalue et corrige, par une approche naturelle, la plupart des dérangements et des distorsions.

Si vous consultez un chiropraticien, il examinera, par une légère pression des doigts le long de votre épine dorsale, l'alignement et la position de vos vertèbres. Au besoin, il pourra prendre des radiographies. Après avoir déterminé la

nature de votre problème vertébral, il commencera à vous soigner. C'est par une intervention, principalement manuelle, sur les mécanismes articulaires qu'il se proposera de corriger votre problème.

Après la manipulation, la « douloureuse ». Qui paye?

Les services chiropraticiens ne sont pas couverts par le Régime d'assurance-maladie. Cependant, dans certains cas, les assurances personnelles peuvent assumer une partie des frais.

La liste des chiropraticiens qui exercent dans votre localité est inscrite dans l'annuaire téléphonique sous la rubrique « Chiropraticien ».

Pour obtenir des renseignements supplémentaires sur les services offerts et sur les frais engagés, communiquez avec:

▶ **L'Ordre des chiropraticiens du Québec**
50, place Crémazie
Bureau 921
Montréal (Québec)
H2P 2T6
Tél.: (514) 382-5821

L'acupuncture

Qu'est-ce que l'acupuncture?

L'acupuncture est une technique thérapeutique créée et développée depuis la haute antiquité par les Chinois. La pratique consiste à implanter de fines aiguilles sur des points très précis du corps humain.

Les acupuncteurs pensent que l'énergie du corps voyage le long de circuits bien définis appelés méridiens. Chacun de ces méridiens se rend à un organe précis. C'est ainsi que, pour traiter un ulcère d'estomac, on piquera légèrement certains points situés sur le méridien de l'estomac. Ce qui, selon les acupuncteurs, permettra à l'énergie de circuler normalement dans cet organe.

Que peut-on traiter grâce à l'acupuncture?

Les acupuncteurs traitent des troubles fonctionnels tels que ulcères, constipation, asthme, bronchite, engourdissements, maux d'oreilles, troubles de la prostate, douleurs musculaires, maux de tête, arthrite, rhumatisme...

Les frais?

Vous devez payer la totalité des frais découlant d'un traitement d'acupuncture.

Pour connaître la liste des acupuncteurs, consultez votre annuaire téléphonique sous la rubrique « Acupuncture ».

Évaluez votre condition physique

	Encerclez la réponse appropriée		
	Jamais ou rarement	occasionnellement	régulièrement ou très souvent
Système cardio-respiratoire			
[1] Je participe à des activités physiques, sportives (bicyclette, natation), de loisir (jardinage) ou professionnelles (travaux manuels).	1	3	5
[2] Je m'essouffle rapidement.	5	3	1
[3] J'utilise les ascenseurs plutôt que les escaliers.	5	3	1
[4] Après ma journée de travail, je suis fatigué.	5	3	1
[5] Je fume.	5	3	1
Alimentation et poids corporel			
[6] Je me préoccuperais de mon poids s'il présentait un excédent.	1	3	5

	Encerclez la réponse appropriée		
	jamais ou rarement	**occasion-nellement**	**régulière-ment ou très souvent**
[7] Mon poids est supérieur à ce qu'il devrait être.	5	3	1
[8] Avant de commencer la journée, je prend un petit déjeuner.	1	3	5
[9] Je préfère des fruits et des légumes plutôt que des sucreries et du café.	1	3	5
[10] Pour maigrir, j'utiliserais le sauna ou les bains chauds.	5	3	1
Flexibilité et endurance musculaire			
[11] Je ressens des douleurs articulaires.	5	3	1
[12] Je pratique différents exercices d'assouplissement.	1	3	5
[13] Je suis courbaturé après avoir pratiqué une activité physique comme pelleter de la neige, jardiner, etc. ou après avoir pratiqué un sport.	5	3	1
[14] Je renforce les groupes musculaires importants de mon corps par des exercices spécifiques tels les redressements assis.	1	3	5
Détente			
[15] Je prends le temps de me détendre.	1	3	5
[16] Je regarde la télévision.	5	3	1
[17] Je veux tout faire la même journée.	5	3	1

Inscrivez le total des chiffres encerclés [/]

Votre résultat

Faites d'abord la somme de toutes vos réponses encerclées. Plus votre total sera élevé, meilleur sera votre résultat.

mauvais	*faible*	*moyen*	*bon*	*excellent*
moins de 51	52 à 57	58 à 63	64 à 69	70 et plus

Comment interpréter votre résultat

Si votre résultat est de 60 et plus

Vous êtes sur la voie de la bonne forme. Continuez et persévérez. Comme le dit si bien le dicton « Cent fois sur le métier, remettez votre ouvrage », seule la pratique régulière et variée d'activités physiques permettra une amélioration et un maintien de vos capacités. En fait, une bonne condition physique est une habitude à prendre... pour la vie.

Si votre résultat est de 59 ou moins

Évitez de vous comparer. Même si votre condition physique n'est pas à son meilleur, cela ne doit pas vous empêcher de participer à un programme d'entraînement et de progresser à votre rythme. Vous en retirerez les bienfaits escomptés en y investissant temps et efforts. Souvenez-vous que l'activité physique utilisée avec sagesse demeure la plus naturelle des médecines, tout en étant peu coûteuse et efficace. Cela ne dépend que de vous!

CHOIX DE PUBLICATIONS

Titre	Prix
Médicaments ou potions magiques	2,95 $
Les coûts de la maladie	3,95 $
Des problèmes prioritaires	4,95 $
Durée ou qualité de vie?	3,95 $
Des victoires sur la mort	3,95 $
À part égale (Intégration sociale des personnes handicapées)	12,95 $
Loi sur l'assurance-maladie	5,50 $
Loi sur l'assurance-hospitalisation	0,75 $

Ces publications sont en vente dans les librairies de l'Éditeur officiel. Vous trouverez les adresses et numéros de téléphone à la page ci-contre.

Librairies de l'Éditeur officiel

▶ **Sainte-Foy**
Place Sainte-Foy
Tél.: 651-4202

▶ **Québec**
Centre administratif « G »
Tél.: 643-3895

▶ **Montréal**
Complexe Desjardins
Tél.: 873-6101

▶ **Hull**
662, boulevard Saint-Joseph
Tél.: 770-0111

Concessionnaires officiels:

▶ **Librairie Régionale**
461, rue Racine Est
Chicoutimi
Tél.: 549-7135

▶ **Librairie Multi-Service enr.**
Carrefour Trois-Rivières Ouest
4520, boulevard Royal
Trois-Rivières Ouest
Tél.: 378-1525

Si vous désirez commander par la poste:

- envoyez un chèque ou un mandat-poste à l'ordre de **Les publications du Québec**;

  ou si vous désirez payer avec votre carte de crédits, seules les cartes VISA et MASTERCARD sont acceptées, et vous devez fournir les renseignements suivants:
  - — numéro de la carte
  - — banque
  - — date d'expiration
  - — votre signature
  - — nom du titulaire;
- indiquez le titre de la publication ainsi que le nombre d'exemplaire désiré.
- inscrivez:
  - — votre nom;
  - — votre adresse complète;
  - — votre numéro de téléphone.
- envoyez le tout à l'adresse suivante:

▶ **Ministère des Communications**
Direction de la Commercialisation
C.P. 1005
Québec (Québec)
G1K 7B5

Pour une bonne santé mentale...

Psychiatre, psychologue, travailleur social, où est la différence? 62
Les psychiatres 62
Les psychologues 62
Les travailleurs sociaux 63
Vos assurances privées peuvent payer ces services 64
En résumé, où vous adresser pour les soins? 64
Où vous adresser pour obtenir des renseignements concernant les soins et les tarifs? 65
Le Curateur public, pour vous aider 66
Rassurez-vous! 66
Nomination d'un curateur privé 67
Le curateur s'engage à... 68
Quand son administration se termine-t-elle? 69
Le Curateur public veille 69
« Maudite boisson... » 70
Médicament ou potion magique? 71
Testez-vous 71
Mes amies les bêtes... 74

Psychiatre, psychologue, travailleur social, où est la différence?

Depuis quelque temps, vous vous sentez déprimé, anxieux, malheureux. Dans certains cas, une conversation avec un parent ou un ami suffit à vous réconforter, mais quelquefois les services d'un professionnel s'avèrent nécessaires. À qui devez-vous vous adresser dans ces circonstances? À un psychologue, à un psychiatre, à un travailleur social? Comment se démêler avec tous ces spécialistes de la santé mentale? Tentons de définir le rôle de chacun.

Les psychiatres

En plus de leur cours de médecine, les psychiatres ont consacré quatre années de leur formation à la science du diagnostic et du traitement de problèmes psychiques comme l'angoisse, la dépression... Les traitements dispensés par les psychiatres tiennent compte de l'individu dans son ensemble et visent à l'aider à se prendre en main et à faire face à ses difficultés.

En général, les services d'un psychiatre sont couverts par le régime d'assurance-maladie. Si vous êtes âgé de 65 ans et plus, on vous remboursera le coût de vos médicaments. Il y a plus de 650 psychiatres au Québec, qui pratiquent en cabinet privé, à l'hôpital ou en institution psychiatrique.

Les psychologues

Les psychologues ont une formation universitaire minimale de quatre ans (baccalauréat et maîtrise en psychologie). Pendant ces années, ils acquièrent des connaissances sur des sujets comme le développement de la personnalité, les modes d'apprentissage, etc. Mais selon leurs choix, ils peuvent devenir spécialistes en évaluation, en croissance personnelle, en adaptation, en psychologie industrielle, en psychothérapie, etc.

Les psychologues-psychothérapeutes évaluent et traitent des problèmes psychiques. Si vous voulez en consulter un en cabinet privé, il vous faudra en assumer les frais (25 $ à 45 $ l'heure), à moins que votre assurance-maladie privée en assume une partie. Consultez votre police d'assurance ou votre agent pour en connaître toutes les conditions.

Vous pouvez rencontrer un psychologue-psychothérapeute dans les Centres locaux de services communautaires (C.L.S.C.), les hôpitaux (plus rarement) et d'autres établissements publics. Dans ce cas, c'est gratuit. Communiquez avec l'un de ces établissements pour savoir s'il y en a un disponible pour vous.

Il y a environ 3000 psychologues au Québec, dont 800 pratiquent la psychothérapie.

Les travailleurs sociaux

Les travailleurs sociaux reçoivent une formation universitaire de trois ans pendant lesquels ils acquièrent des connaissances théoriques et pratiques (stages) en service social.

Ils ont acquis de l'expérience pour solutionner des problèmes sociaux et psychiques de nature individuelle, conjugale, familiale ou autre... Vous pouvez les rencontrer dans les Centres de services sociaux (C.S.S.), les Centres locaux de services communautaires (C.L.S.C.), les hôpitaux, les centres d'accueil, où les services sont gratuits. D'autres travaillent en cabinet privé, au tarif de 25 $ à 45 $ l'heure. Vous devez alors assumer ces frais au complet.

Il y a plus de 1900 travailleurs sociaux au Québec.

Vos assurances privées peuvent payer ces services

Ces tarifs vous semblent élevés? Vérifiez vos contrats d'assurance. Dans certains cas, votre contrat d'assurance-invalidité ou d'assurance-maladie peut payer une partie des frais engendrés par une thérapie. Consultez le représentant de votre compagnie d'assurances. Il pourra, en vérifiant les termes de votre contrat, vous dire si les frais d'une consultation avec ces spécialistes sont compris ou non.

En résumé, où vous adresser pour les soins?

Psychiatre:

- dans les hôpitaux;
- dans les cabinets privés, mais il est préférable d'obtenir une demande écrite de consultation de votre médecin traitant;
- généralement, les services psychiatriques sont couverts par le régime d'assurance-maladie.

Psychologue:

- dans les Centres locaux de services communautaires (C.L.S.C.), dans les hôpitaux; les services y sont gratuits;
- dans les cabinets privés; vous en assumez les frais en tout ou en partie, selon les conditions de votre assurance-maladie privée.

Travailleur social:

- dans les Centres locaux de services communautaires (C.L.S.C.), les Centres de services sociaux (C.S.S.), les hôpitaux; les services y sont gratuits;
- dans les cabinets privés; vous en assumez les frais.

Où vous adresser pour obtenir des renseignements concernant les soins et les tarifs ?

Psychiatre

▶ **Association des psychiatres du Québec**
C.P. 216,
succursale Desjardins
Complexe Desjardins
Montréal (Québec)
H5B 1G8
Tél. : (514) 845-3259

▶ **Corporation professionnelle des médecins du Québec**
1440, rue Sainte-Catherine
Ouest, Bureau 914
Montréal (Québec)
H3G 1S5
Tél. : (514) 878-4441

Psychologue

▶ **Corporation professionnelle des psychologues du Québec**
1575, boul. Henri-Bourassa
Ouest, Bureau 510
Montréal (Québec)
H3M 3A9
Tél. : (514) 337-3360

Travailleur social

▶ **Corporation professionnelle des travailleurs sociaux du Québec**
5757, ave. Decelles,
Bureau 335
Montréal (Québec)
H3S 2C2
Tél. : (514) 731-2749

Le Curateur public, pour vous aider

Vous avez 81 ans. Vous êtes en bonne santé physique et mentale, mais certaines personnes de votre entourage doutent de vos capacités mentales, notamment lorsqu'il s'agit d'administrer vos biens. Cela vous inquiète-t-il? Vous craignez que ces individus réussissent à obtenir la gestion de vos biens?

Rassurez-vous!

Personne de votre entourage ne peut décider, de son propre gré, de votre incapacité mentale. La *Loi sur la curatelle publique* (L.R.Q., c. C-80) est là pour vous protéger.

Le Curateur public est un organisme du gouvernement du Québec, régi par une loi spéciale, qui a pour mission:

- l'administration et la protection des biens des malades mentaux;
- la protection des droits de la personne de malades mentaux;
- l'administration et la protection des biens sans maître et des successions vacantes;
- la surveillance de l'administration des curateurs privés ou des tuteurs.

Pour permettre au Curateur public d'établir sa juridiction, l'incapacité mentale d'une personne à administrer ses biens doit être reconnue par un psychiatre, puis attestée par le directeur des services professionnels d'un établissement de santé. Cette attestation est faite au moyen du « Certificat d'incapacité d'administrer des biens » prévu aux règlements de la *Loi sur la curatelle publique* (L.R.Q., c. C-80).

Le directeur des services professionnels enverra au Curateur public le certificat d'incapacité d'administrer des biens dûment rempli par le psychiatre; l'inventaire sommaire des

biens à administrer et, s'il y a lieu, un pronostic de la durée de votre incapacité. Ainsi, dès la réception du certificat, le Curateur public prend en main l'administration de vos biens. Si, au cours de la juridiction du Curateur public, une curatelle privée est demandée, le Curateur public assurera, jusqu'à la nomination du curateur privé, l'administration et la protection de vos biens et de votre personne.

Votre entourage peut nommer une personne à titre de curateur privé ou laisser au Curateur public la responsabilité d'administrer vos biens.

Un curateur est une personne chargée de veiller aux intérêts d'une autre personne et de gérer ses biens.

Nomination d'un curateur privé

Pour être curateur privé, une personne doit être majeure, jouir de tous ses droits civils, être présente au conseil de famille et être nommée par un jugement de la Cour supérieure.

Les procédures :

- un parent ou allié majeur doit, par l'entremise de son avocat ou de son notaire, demander la convocation d'un conseil de famille pour qu'il donne son avis sur la requête d'un curateur privé [illegible] pour choisir la personne apte à assurer cette char[illegible].
- le conseil de famil[illegible] doit réunir au moins sept personnes majeures, se t[illegible]r devant un protonotaire de la Cour supérieure du district judiciaire de votre domicile ;
- par la suite, l'avis de ce conseil est présenté à un juge de la Cour supérieure pour homologation ;
- le juge rend sa décision au moyen d'un jugement qui confirme ou modifie les recommandations du conseil de famille.

Dès sa nomination, le curateur privé administrera, en bon père de famille, tous vos biens, c'est-à-dire argent, maison, meubles, comptes en banque, etc., ainsi que vos revenus

(assurances, loyers, prestations, etc.). Après avoir prêté serment de gérer fidèlement et avec prudence tous les biens et sommes qui lui sont confiés, votre curateur fera rédiger par un notaire l'inventaire de vos biens et en transmettra une copie conforme au Curateur public. Il devra faire enregistrer sur ses propriétés, s'il en possède, une hypothèque légale en votre faveur. Cette hypothèque légale, préparée par un notaire, vient garantir la gestion du curateur privé.

Le curateur s'engage à...

Peu importe le domaine où il agit, votre curateur privé ne devra avoir présent à l'esprit que votre intérêt. Puisque vous ne serez plus apte à décider par vous-même ce qui est bon pour vous ou ce qui ne l'est pas, il vous remplacera dans la vie juridique et posera des actes légaux en votre faveur. Seul le curateur privé pourra autoriser tout traitement ou intervention chirurgicale sur votre personne. Dans ce cas, il devra veiller à ce que seul votre intérêt motive tel traitement ou telle intervention chirurgicale et s'assurer de leur bien-fondé. Puisque le curateur privé a entière juridiction de vos biens, il pourra effectuer des placements à même votre argent. Cependant, il devra se conformer aux exigences du Code civil, qui stipule que ces placements doivent correspondre à :

- des obligations du gouvernement du Québec, des obligations du Canada ou d'une province canadienne, des États-Unis ou d'un État de ce pays, des obligations municipales ou scolaires ;
- des hypothèques en premier rang sur des immeubles sis au Canada, jusqu'à concurrence de 75 % de la valeur desdits immeubles ;
- des immeubles situés au Québec ;
- des actions ordinaires et privilégiées, à la condition qu'un dividende d'au moins 4 % de la valeur comptable ait été émis au cours des cinq dernières années. Ces actions doivent être inscrites à une bourse canadienne reconnue.

Tout placement effectué et non prévu au Code civil engagera automatiquement la responsabilité personnelle du curateur privé.

Avant de donner, vendre, hypothéquer ou même aliéner certains de vos biens ou de vos droits, le curateur privé devra convoquer une réunion du conseil de famille et obtenir une autorisation judiciaire. Naturellement, il est strictement interdit au curateur privé de louer, acheter ou utiliser pour son propre compte les biens vous appartenant. Il devra annuellement, à l'anniversaire de sa nomination, produire au Curateur public un rapport financier au moyen des formulaires expédiés par le Curateur public.

Quand son administration se termine-t-elle?

À moins qu'un jugement de la Cour supérieure annule le certificat attestant votre incapacité, le curateur privé assumera ses responsabilités jusqu'à votre décès. Il devra alors rendre compte de sa gestion à vos héritiers et ne réclamer aucune somme pour les services rendus. Si votre curateur privé disparaît avant vous, il incombe à ses héritiers, s'ils sont majeurs, d'assumer la responsabilité de la gestion de la curatelle jusqu'à la nomination d'un nouveau curateur privé.

Le Curateur public veille

Le Curateur public surveille l'administration du curateur privé et, au besoin le conseille dans l'exercice de sa fonction. Si le Curateur public constate des irrégularités dans la gestion du curateur privé, il invitera ce dernier à corriger la situation. S'il fait preuve d'incapacité ou d'infidélité à son mandat, le Curateur public pourra, comme toute autre personne intéressée, demander la destitution du curateur privé, au moyen d'une requête adressée à un juge de la Cour supérieure, et le poursuivre sur ses biens pour les préjudices que vous aurez subis.

Lorsqu'il n'y a pas eu nomination d'un curateur privé, la gestion de vos biens est confiée au Curateur public, qui assume les mêmes responsabilités. Ce dernier a le droit de

toucher des honoraires pour le travail accompli, mais il ne pourra rien recevoir si l'on démontre que vous n'avez pas les moyens de payer.

Pour tous renseignements, communiquez avec:

▶ **Curateur public**
Tour de la Bourse
800, place Victoria
C.P. 51
Montréal (Québec)
H4Z 1J6
Tél.: (514) 873-4074

▶ **Communication-Québec**
dont la liste des bureaux se trouve à l'annexe I du *Guide*.

« Maudite boisson... »

Le problème de la consommation abusive d'alcool chez les personnes âgées est très mal connu. Il n'en est pas moins réel et de taille...

Selon Statistique Canada, en 1981, environ 10 % des personnes âgées souffraient d'un problème d'alcool. L'abus d'alcool est généralement relié à des problèmes d'adaptation et à des conditions de vie difficiles: la perte d'un conjoint, des problèmes de logement, d'argent, de santé, etc.

Si l'alcool prend trop d'importance dans votre vie, si vous n'êtes pas capable de vous en passer, s'il vous cause des difficultés, consultez votre médecin ou demandez l'aide d'organismes spécialisés.

Les Alcooliques anonymes (A.A.) peuvent vous venir en aide. Pour connaître le numéro du groupe A.A. de votre localité, consultez les pages jaunes de l'annuaire téléphonique sous la rubrique: « Alcoolisme-Centres de traitement et de renseignements ».

Certains centres hospitaliers offrent des services aux personnes souffrant d'alcoolisme; il existe aussi des centres d'accueil spécialisés en désintoxication et en réadaptation.

Pour connaître la liste des organismes qui peuvent vous aider, communiquez avec le Centre local de services communautaires (C.L.S.C.) de votre localité. Vous trouverez la liste à l'annexe II du *Guide*.

Médicament ou potion magique?

Est-il vraiment nécessaire d'avoir recours à la médication de façon systématique?

Les médicaments ne sont pas un bien de consommation ordinaire.

Testez-vous

Vrai ou Faux

1. Il n'y a aucun danger à prendre le médicament d'une autre personne si vous ressentez les mêmes symptômes.
   Vrai ☐ Faux ☐
2. Si votre médecin vous prescrit un médicament et qu'il vous dit de prendre toute la quantité suggérée, vous pouvez quand même cesser toute consommation dès que les malaises sont disparus.
   Vrai ☐ Faux ☐
3. Si on vous administre un nouveau médicament, il est tout à fait normal que vous développiez des effets secondaires.
   Vrai ☐ Faux ☐

4. Rien ne vous empêche de prendre un petit verre d'alcool si vous êtes sous l'effet des médicaments. D'ailleurs, l'alcool peut faire progresser votre guérison.
   Vrai ☐ Faux ☐
5. Le pharmacien, en raison de sa formation universitaire, est un spécialiste du médicament et peut vous fournir tous les renseignements relatifs à vos médicaments.
   Vrai ☐ Faux ☐
6. Si votre médecin vous avise de cesser de prendre un médicament, il est plus prudent de conserver les comprimés supplémentaires au cas où les malaises surviendraient de nouveau. Ainsi, vous éviterez de débourser une seconde fois pour cette prescription.
   Vrai ☐ Faux ☐
7. Il est primordial de dire à votre médecin et à votre pharmacien quels médicaments vous absorbez, qu'ils soient prescrits ou non.
   Vrai ☐ Faux ☐
8. Les médicaments peuvent être consommés à n'importe quel moment de la journée.
   Vrai ☐ Faux ☐

Réponses au questionnaire

Question n° 1 = Faux	Question n° 5 = Vrai
Question n° 2 = Faux	Question n° 6 = Faux
Question n° 3 = Faux	Question n° 7 = Vrai
Question n° 4 = Faux	Question n° 8 = Faux

Si vous avez plus d'une erreur, ces conseils pourraient vous être utiles:

- **dites à votre médecin et à votre pharmacien quels médicaments vous absorbez, qu'ils soient prescrits ou non. L'association de deux ou plusieurs médicaments peut entraîner des effets indésirables;**

- n'oubliez pas que l'alcool, sous quelque forme que ce soit, peut multiplier ou annuler l'effet de plusieurs médicaments;
- votre médecin vous indiquera le nom du médicament et vous expliquera son action. Toutefois, votre pharmacien doit aussi vous informer sur l'usage des médicaments; il doit vous indiquer clairement quand prendre vos médicaments pour qu'ils produisent un effet maximum. Sinon, demandez-lui;
- si vous développez des effets secondaires, appelez votre médecin. Il pourra sans doute résoudre le problème en ajustant l'ordonnance ou en changeant le médicament;
- les instructions concernant votre médicament figureront sur l'étiquette du contenant; votre pharmacien vous rappellera bien souvent ces instructions de vive voix. Si vous n'êtes pas sûr d'avoir bien compris, demandez-lui des explications détaillées;
- si votre médecin vous dit de prendre toute la quantité prescrite, complétez le traitement, même si vous vous sentez mieux avant la fin du traitement. Il est inutile qu'un médecin prescrive un antibiotique pour une infection si le patient ne prend que la moitié de la quantité prescrite! Les symptômes peuvent réapparaître;
- si votre médecin vous avise de cesser de prendre un médicament, jetez-le dans les plus brefs délais;
- sachez exactement comment et quand prendre un médicament. Par exemple, certains médicaments ne peuvent être pris avec les repas, parce que les acides gastriques détruisent ou limitent l'ingrédient actif ou le rendent sans effet. Si vous avez des doutes à ce sujet, demandez à votre médecin ou à votre pharmacien;
- ne prenez jamais de médicaments prescrits pour quelqu'un d'autre et ne donnez jamais à une autre personne des médicaments qui vous ont été prescrits;

- dans le cas de médicaments de vente libre, consultez votre pharmacien si vous n'êtes pas certain de leur efficacité. Encore une fois, informez votre pharmacien de tout médicament que vous consommez;
- certains produits ne résistent pas à la chaleur et à l'humidité. Certains médicaments doivent être conservés au réfrigérateur. Demandez toujours à votre pharmacien où et comment conserver un médicament;
- gardez toujours les médicaments hors de la portée des enfants.

Pour plus de renseignements, communiquez avec:

▶ **votre médecin;**

▶ **Corporation professionnelle des médecins du Québec**
1440, rue Sainte-Catherine
Ouest, Bureau 914
Montréal (Québec)
H3G 1S5
Tél.: (514) 878-4441

▶ **votre pharmacien;**

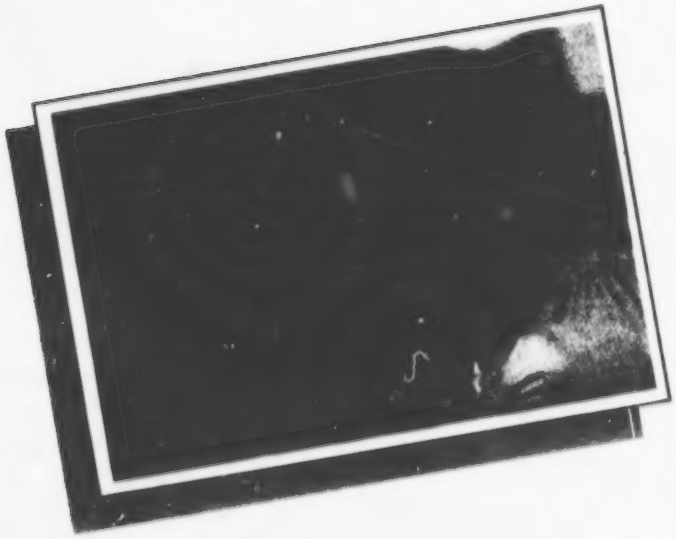
▶ **Ordre des pharmaciens du Québec**
266, rue Notre-Dame Ouest
Bureau 301
Montréal (Québec)
H2Y 1T6
Tél.: (514) 284-9588

Mes amies les bêtes...

Vous vous sentez seul, vous auriez besoin de compagnie? Aimez-vous les animaux?

Sans être un remède miracle, la présence d'un animal domestique peut jouer un grand rôle dans le bien-être physique et mental, comme cela est observé pour les enfants, les adolescents et même les adultes.

Des recherches effectuées aux États-Unis et en France ont démontré qu'un animal pouvait stimuler et aider à conserver une certaine discipline. Il encourage à l'exercice, égaie la maison et peut vous obliger à garder le sens de l'humour. Résultat final: vous pensez moins à vos petits « bobos ». Le seul fait d'avoir un être vivant à caresser ou à toucher, et qui réagit à votre voix, peut agrémenter votre vie.



L'idée n'est pas bête, n'est-ce pas?

C'est aussi l'avis d'un groupe de professionnels qui ont fondé l'Institut de recherche du carrefour, organisme qui s'occupe des personnes âgées qui désirent la compagnie d'un animal.

Pour informations, communiquez avec:

▶ **Institut de recherche du carrefour**
4507, chemin de la Côte-des-Neiges
Montréal (Québec)
H3V 1E7
Tél.: (514) 738-6491

▶ **C.L.S.C. de votre localité**
Vous trouverez la liste à l'annexe II du *Guide*.

Informez-vous aussi des règlements de votre municipalité et de votre conciergerie concernant la propriété d'animaux domestiques. Sachez que votre propriétaire peut vous interdire la garde d'un animal; toutefois, la Régie du logement peut en décider autrement si l'animal ne pertube pas la tranquillité des voisins.

Assurez-vous de votre capacité à satisfaire les conditions d'hygiène que nécessite une bête.

Informez-vous auprès de votre médecin, si votre état de santé (allergie, asthme) vous autorise à une telle initiative.

▶ **Ordre des médecins vétérinaires du Québec**
2200, avenue Pratt
Bureau 301
Saint-Hyacinthe (Québec)
J2S 4B6
Tél.: (514) 774-1427

La Société protectrice des animaux

▶ **S.P.A. des Bois-Francs**
C.P. 815
Victoriaville (Québec)
G6P 7W7
Tél.: (819) 758-0038

▶ **S.P.A. du Bas-Saint-Laurent**
C.P. 295
Rimouski (Québec)
G5L 7C1
Tél.: (418) 724-2541

▶ **S.P.C.A. Duplessis**
C.P. 1218
Sept-Îles (Québec)
G4R 4X7
Tél.: (418) 964-3272

▶ **S.P.A. de l'Estrie**
1139, boul. Queen Nord
Sherbrooke (Québec)
J1H 5L9
Tél.: (819) 567-8364

▶ **Aylmer Humane Association**
C.P. 157
Aylmer (Québec)
J9H 5E5
Tél.: (819) 837-1069

▶ **S.P.A. Laval**
1820, boul. Saint-Elzéar
Chomedy (Québec)
H7L 3N2
Tél.: (514) 681-1631

▶ **S.P.A. de la Mauricie**
2086, rue Notre-Dame
Trois-Rivières (Québec)
G9A 4Y8
Tél.: (819) 376-0806

▶ **S.P.A. de Montréal**
5215, rue Jean-Talon Ouest
Montréal (Québec)
H4P 1X4
Tél.: (514) 735-2711

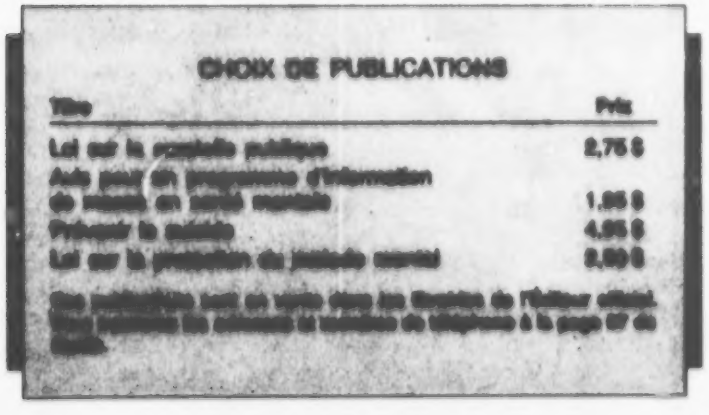
▶ **S.P.A. de Québec**
2305, av. Galilée
Québec (Québec)
G1P 4B7
Tél.:
(418) 527-7041 Information
(418) 527-9104 Adoption

▶ **S.P.A. de Rimouski**
791, rue Lauzanne
Rimouski (Québec)
G5L 7C3
Tél.: (418) 723-2133

▶ **S.P.A. de Rivière-du-Loup**
272, chemin des Raymonds
Rivière-du-loup (Québec)
G5R 3Y9
Tél.: (418) 862-1972

▶ **S.P.A. Rouyn-Noranda**
C.P. 1247
Parc industriel Rouyn-Noranda
Rouyn (Québec)
J9X 6E4
Tél.: (819) 762-6448

▶ **S.P.A. Val-d'Or**
C.P. 686
Val-d'Or (Québec)
J9P 4P6
Tél.: (819) 825-7694



Voici comment faire

Les membres d'un groupe se placent en cercle, confortablement assis sur des chaises, pour se préparer à « partir en voyage ».

Un premier participant raconte qu'il part en voyage et qu'il apporte avec lui un objet. Par exemple : une malle de voyage. Le participant suivant, celui de gauche ou de droite, selon votre choix, commence par répéter la même phrase : « Je pars en voyage et j'apporte avec moi... une malle de voyage (l'article du précédent) et ajoute une autre pièce. Par exemple : une brosse à dent. Chacun des participants qui suivent dans l'ordre doit donc répéter le même bout de phrase, rappeler les articles mentionnés précédemment avant d'ajouter le sien.

Pour le dixième ou le quinzième du cercle, l'effort de mémorisation est plus grand, bien sûr, mais c'est étonnant comme on arrive à bien se débrouiller avec un peu de concentration.

Amusez-vous bien !

CHAPITRE

3

Les C.L.S.C. pour vous aider à organiser votre vie

Le Centre local de services communautaires (C.L.S.C.) 82
Les services offerts 83
Une équipe complète... 85
Le C.L.S.C. à l'écoute de sa localité 86

Vous êtes seul? Inquiet? Vous avez besoin d'information, de conseils, de services?
Il existe des gens et des organismes pour vous aider.

Le Centre local de services communautaires (C.L.S.C.)

Le Centre local de services communautaires (C.L.S.C.) est un établissement qui peut vous offrir une multitude de services:

- si vous avez des problèmes de santé;
- si vous avez besoin d'aide pour améliorer votre situation sociale;
- si vous avez besoin de services à domicile.

Le C.L.S.C. de votre localité vous ouvre ses portes.

Les services offerts

Services à domicile

Si vous ne pouvez vous déplacer, le C.L.S.C. vous aidera, par le biais des services à domicile, à améliorer votre condition de vie. Vous pouvez bénéficier, si votre état de santé l'exige ou au retour d'une hospitalisation, de soins médicaux à domicile tels que prises de sang, pression, traitements légers. On peut vous apporter, occasionnellement ou de façon règulière, une aide matérielle ou physique dans l'accomplissement de certaines activités quotidiennes comme la préparation des repas, le lavage, le ménage, les soins d'hygiène, aller faire des commissions ou simplement vous tenir compagnie.

Services de santé courants

Il s'agit de soins médicaux dispensés par des médecins et des infirmiers au C.L.S.C. Vous ne pouvez recevoir ce type de services à domicile. Ces activités se traduisent concrètement en consultations individuelles, en traitement de blessures, en administration de médicaments et d'injections ou en surveillance de l'évolution des cas.

Service de rencontre

Vous demeurez seul et vous vous sentez isolé par rapport à ce qui vous entoure, le C.L.S.C. peut vous aider à reprendre contact avec la vie. Un membre du service de rencontre vous rendra visite et, peu à peu, vous réintégrera dans la communauté.

Vous pouvez, au début, réapprendre à effectuer des tâches quotidiennes telles que prendre l'autobus, aller au supermarché. Vous aurez la possibilité de travailler au sein de comités traitant de différents sujets visant à améliorer la condition de vie des personnes âgées, comme la mise en place d'une coopérative d'habitation ou l'accessibilité du transport en commun, etc.

Service d'information et de formation

Il n'y a pas d'âge pour apprendre! Le personnel du C.L.S.C. vous aidera à développer vos aptitudes, à découvrir de nouveaux loisirs. Si vous êtes à la retraite, vous devez trouver un substitut au travail; vous apprendrez à occuper vos temps libres par de nouvelles activités.

Service de support technique

Un service qui peut vous aider à venir à bout de toute la paperasse administrative engendrée par les institutions. Vous avez besoin d'un coup de pouce pour remplir un formulaire? Vous voulez participer à un programme d'aide des gouvernements? Votre déclaration de revenus vous cause des tracas? Pour tout ça et encore plus, votre Centre local de services communautaires (C.L.S.C.) est là.

Service de placement

Les demandes d'hébergement en institution soit dans un centre d'accueil, un pavillon, un centre hospitalier à soins prolongés ou une famille d'accueil, doivent être déposées au Centre local de services communautaires (C.L.S.C.).

Le personnel du C.L.S.C. préparera votre dossier et il procédera à une première évaluation: le degré d'autonomie, les ressources environnantes existantes. Ensuite, on enverra votre dossier au comité d'admission du Conseil régional de la santé et des services sociaux (C.R.S.S.S.) qui déterminera le type d'hébergement qui vous convient. Par contre, si, à la première évaluation, le Centre local de services communautaires (C.L.S.C.) estime que vous devriez être confié à une famille d'accueil, on acheminera votre dossier au Centre de services sociaux (C.S.S.) qui est responsable du recrutement et de la formation des familles d'accueil.

Service de développement communautaire

Vous êtes membre d'un groupe de citoyens et vous avez identifié un besoin de coopérative d'habitation dans votre milieu. Adressez-vous au C.L.S.C. le plus près qui, par sa

fonction « développement communautaire », facilitera vos démarches en assurant l'organisation logistique. S'il n'y a pas de C.L.S.C. dans votre district, contactez votre Centre de services sociaux (C.S.S.).

Services sociaux

Vous êtes bouleversé par le décès de votre conjoint, vous vous sentez abandonné. Saviez-vous que le Centre local de services communautaires (C.L.S.C.) offre des services d'aide et de soutien aux personnes aux prises avec des problèmes d'ordre social et psychologique?

Service d'urgence sociale

Un bon copain vit une situation de crise d'ordre personnel, familial, conjugal ou autre. Dans ces circonstances, ayez recours au service d'urgence sociale du Centre local de services communautaires (C.L.S.C.) accessibles 24 heures par jour, 7 jours par semaine.

Une équipe complète...

Pour vous fournir ces services médicaux et sociaux, le C.L.S.C. regroupe des spécialistes de plusieurs disciplines: médecins, infirmiers, travailleurs sociaux, animateurs, etc.

Le C.L.S.C. à l'écoute de sa localité

Les programmes proposés par les C.L.S.C. sont aussi diversifiés que les localités où ils sont implantés. Selon les besoins et les priorités du milieu, le C.L.S.C. décide des moyens et des services à mettre en place pour que toute personne qui demande de l'aide puisse l'obtenir. Si votre C.L.S.C. ne peut résoudre votre problème, il vous orientera vers l'organisme compétent pour obtenir les services que votre état requiert.

Les C.L.S.C. sont pour la plupart ouverts de 9 h à 17 h, du lundi au vendredi. Les heures d'ouverture varient beaucoup selon les localités. Quelques-uns sont ouverts le soir et même la nuit. Pour connaître le centre le plus près de chez vous, consultez la liste qui se trouve à l'Annexe II du *Guide*.

S'il n'y a pas de Centre local de services communautaires (C.L.S.C.) dans votre localité, vous pouvez pour obtenir ces services vous adresser au Centre de services sociaux (C.S.S.) de votre localité.

CHAPITRE

4

L'habitation

On est si bien chez soi 90
Les services d'aide à domicile, une solution fort appréciée 90
Un centre de jour: un prolongement de chez soi 92
Êtes-vous en sécurité chez vous? 94
Quel type d'habitation vous convient le mieux? 102
La perle rare, c'est peut-être... un logement à loyer modique (H.L.M.) 102
La perle rare, c'est peut-être... un logement coopératif 105
La perle rare, c'est peut-être... une chambre 107
Tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur le bail et n'avez jamais osé demander 108
Vous avez besoin d'une aide financière? 124
Logirente: offert aux aînés 124
Loginove et Parel, l'un ou l'autre... ou les deux 126
Parel, si vous êtes propriétaire 132
Équerre: le dernier-né 135
Quelques conseils utiles si... 139
Une résidence adaptée à vos besoins! 142

On est si bien chez soi

Il n'y a pas si longtemps, les hospices pour vieillards constituaient le seul recours pour les personnes âgées démunies. Heureusement, les temps ont changé et, comme Mme Beauregard, vous avez la possibilité de vivre ces belles années chez vous.

Mme Beauregard affiche très fièrement ses 78 ans. Elle est resplendissante de bonheur, bien que sa santé l'oblige à restreindre ses activités. Mais il n'est nullement question pour elle d'aller habiter en institution. « Rien ne remplace la vie chez soi », explique-t-elle. D'ailleurs, rien ne pourrait justifier cette décision... surtout pas son âge!

Compte tenu de son état de santé, Mme Beauregard ne peut assumer quotidiennement certaines tâches domestiques comme la préparation des repas, le lavage, le ménage. Il existe, pour améliorer les conditions de vie de Mme Beauregard et lui permettre de vivre chez elle, des services d'aide à domicile.

Les services d'aide à domicile, une solution fort appréciée

Peut-être pouvez-vous, comme Mme Beauregard, bénéficier des services d'aide à domicile? Voici les démarches à faire:

- communiquez avec le Centre local de services communautaires (C.L.S.C.) de votre localité ou s'il n'y en a pas, avec le Centre des services sociaux (C.S.S.) ou le Département de santé communautaire (D.S.C.) de votre centre hospitalier. Le personnel de ces établissements vous informera de toutes les procédures;
- si aucun de ces organismes n'oeuvre dans votre district, adressez-vous à votre Centre de bénévolat régional. Le personnel en fonction vous fournira le nom des organismes bénévoles qui offrent des services d'aide à domicile.

— la liste des Centres locaux de services communautaires (C.L.S.C.) se trouve à l'annexe II du *Guide*;

— la liste des Centres de bénévolat est inscrite à l'annexe III du *Guide*;
— vous trouverez la liste des Départements de santé communautaire (D.S.C.) et des Centres de services sociaux (C.S.S.) dans votre annuaire téléphonique.

Les conditions d'admission

L'état de santé physique et morale de la personne ainsi que les ressources environnantes disponibles sont les éléments qui entrent en ligne de compte lors d'une demande de service d'aide à domicile. Chaque demande est analysée individuellement. On procède par priorité. Par exemple, lorsqu'une personne âgée quitte l'hôpital, puis habite seule, sa demande sera jugée comme urgente. Des services d'aide à domicile lui seront apportés jusqu'à son rétablissement. Les services sont dispensés pour une courte durée ou, si nécessaire, pour une période prolongée. Dans le cas de Mme Beauregard, si elle ne peut recevoir, à l'occasion, l'aide d'un parent ou d'un ami et puisque son état de santé ne lui permet pas d'accomplir certaines tâches domestiques, on lui procurera des services sur une période prolongée.

Les services d'aide à domicile

Les services d'entretien ménager, le transport, les visites d'amitié, les déplacements à l'épicerie, les popotes roulantes, la pose des doubles fenêtres, le déneigement, etc., voilà ce que peuvent vous offrir les services d'aide à domicile.

Les services privés d'un domestique? Pourquoi pas!

Si votre budget vous le permet, vous pouvez louer les services d'un domestique. Attention! dans ce cas, le domestique devient votre employé et vous devez agir à titre d'employeur. Ce qui veut dire:

- verser un salaire à votre employé;
- vous inscrire à Revenu Québec et à Revenu Canada à titre d'employeur;

- prélever les cotisations de l'impôt provincial et de l'impôt fédéral sur le salaire de votre employé;
- payer les cotisations d'employeur à la Régie des rentes du Québec, à la Régie de l'assurance-maladie et à l'Assurance-chômage;
- être conforme aux normes du travail de la Commission des normes du travail du Québec.

Pour connaître toutes les formalités relatives à ces exigences, communiquez avec votre bureau de district de Revenu Québec, de Revenu Canada et de la Commission des normes du travail, dont vous trouverez les adresses et numéros dans votre annuaire téléphonique, sous les rubriques « Gouvernement du Québec » et « Gouvernement du Canada ».

Au Québec, les contribuables qui doivent utiliser l'interurbain pour communiquer avec le bureau de Revenu Québec le plus près peuvent le faire sans frais. Ils n'ont qu'à faire le « 0 » et demander **Zénith Revenu Québec**. Ces appels ne peuvent pas être transférés.

Un centre de jour : un prolongement de chez soi

Même heure, même jour, chaque semaine, un véhicule va chercher Mme Sanschagrin à sa résidence pour la conduire au centre de jour de son quartier. Depuis deux ans, Mme Sanschagrin est paraplégique, ce qui a entraîné de grands changements dans sa vie quotidienne.

Réapprendre à vivre

Outre tous les sourires, les encouragements et les amis que Mme Sanschagrin retrouve au centre de jour, elle peut bénéficier d'un éventail de services : ergothérapie, physiothérapie, coiffure, buanderie, pastorale, conditionnement physique, sans oublier les ateliers de loisirs comme la poterie et la menuiserie.

Le centre de jour permet à Mme Sanschagrin de vivre chez elle avec ceux qu'elle aime. N'est-ce pas merveilleux? Le

centre de jour lui apporte tous les soins et les services que requiert son état de santé, et elle habite toujours son « chez soi ».

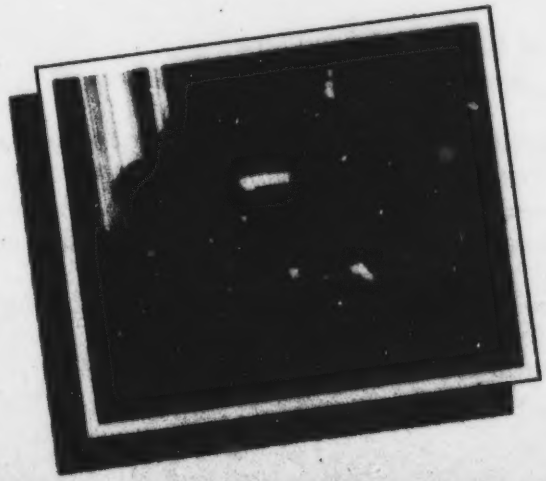
Un centre de jour pour qui?

L'objectif majeur du centre de jour est d'assurer le maintien à domicile des aînés. Pour être admissible à fréquenter un centre de jour, vous devez manifester des besoins et afficher des problèmes de fonctionnement dans votre milieu.

Des services selon vos besoins

Si vous vous présentez dans un centre de jour, un membre du personnel préparera un plan de service pour déterminer vos besoins véritables. Cette évaluation permettra d'établir votre rythme de fréquentation. Vous pourrez venir au centre de jour une demi-journée par semaine, une journée complète, deux ou même cinq si vos besoins l'exigent. On élaborera un programme d'intervention régulier et d'une durée plus ou moins longue dans le but de maintenir ou de restaurer votre autonomie.

Pour plus d'information, communiquez avec le centre de jour le plus près de chez vous.



Êtes-vous en sécurité chez vous?

Ça n'arrive pas seulement aux autres...

Vaut mieux prévenir certaines situations telles que les incendies, le vandalisme, les chutes...

Que faites-vous en cas d'incendie?
Que faites-vous pour éliminer les risques d'incendie?
Que faites-vous lors d'une panne d'électricité?
Que faites-vous si vous êtes victime de vandalisme?

Si les réponses à ces questions sont incertaines, voici l'ABC de la sécurité.

En cas d'incendie...ne ratez pas votre sortie

- **Gardez votre calme.**
- **Évacuez immédiatement votre immeuble. Si vous habitez un immeuble à logement, suivez le plan d'évacuation et surtout n'utilisez pas les ascenseurs!**
- **Téléphonez aux pompiers et sonnez l'alarme.**

Attention au feu...

- gardez le numéro de téléphone des pompiers bien à la vue, près du téléphone;
- vérifiez occasionnellement votre détecteur de fumée et, s'il fonctionne avec des piles, vérifiez-les régulièrement;
- gardez toujours un extincteur chimique dans la maison;
- durant l'hiver, déblayez toutes les sorties et dégagez également les fenêtres;
- lorsque vous cuisinez, évitez de porter des manches longues, elles pourraient prendre feu;
- ne fumez pas au lit;

- débarrassez-vous des vieux chiffons, journaux ou tout autre article inutile qui s'accumulent dans la cave ou le grenier; ne gardez pas de produits inflammables, comme du diluant à peinture, dans votre logement;
- ne surchargez pas les prises de courant;
- ne vous improvisez pas électricien, demandez à un technicien qualifié d'installer ou de réparer vos appareils électriques, lampes et téléviseurs;
- faites vérifier annuellement vos appareils de chauffage, votre cheminée et vos circuits électriques;
- adressez-vous au service des incendies de votre localité pour faire inspecter gratuitement votre demeure.

Pour en savoir davantage...

Communiquez avec le Service des incendies de votre municipalité ou contactez:

▶ **Association des techniciens en prévention-incendie**
424, rue Donatien
Fabreville
Laval (Québec)
H7P 2A3
Tél.: (514) 625-1674

Si vous jugez que la protection contre les incendies dans votre immeuble est insuffisante, contactez:

- le Service des incendies de votre municipalité;
  ou
- le ministère de l'Habitation et de la Protection du consommateur:

▶ **Québec**
Direction de l'inspection
du bâtiment
800, place d'Youville
12e étage
Québec (Québec)
G1R 5K7
Tél.: (418) 643-1686

▶ **Montréal**
Ministère de l'Habitation
et de la Protection
du consommateur
Direction de l'inspection
du bâtiment
255, boul. Crémazie Est
Montréal (Québec)
H2N 1L5
Tél. : (514) 873-4450

- ou l'un des bureaux régionaux de la Direction générale de l'inspection du ministère de l'Habitation et de la Protection du consommateur, dont vous trouverez l'adresse et le numéro de téléphone dans les pages bleues de votre annuaire téléphonique.

En cas de panne de courant...

- *Vérifiez si votre demeure est la seule qui soit affectée:*
  - — si la panne n'atteint qu'un circuit de votre installation, vérifiez les fusibles de votre panneau de branchement et remplacez, s'il y a lieu, celui qui est grillé par un autre d'égale résistance. Si votre installation est munie de coupe-circuits automatiques (« breakers ») et que l'un deux a basculé, replacez-le d'abord en position arrêt « OFF », puis ramenez-le en position marche « ON » pour rétablir le courant;
  - — lorsque le courant est rétabli, remettez vos appareils en marche un à un;
  - — si les difficultés persistent, il est conseillé de faire vérifier les fusibles de l'interrupteur principal par un maître électricien;
- *Si la panne affecte tout le voisinage:*
  - — débranchez tous vos appareils électriques, sauf une ou deux sources d'éclairage;

— abaissez le thermostat des appareils de chauffage;

— communiquez avec les responsables des services d'Hydro-Québec de votre région;

— demeurez calme. Souvenez-vous que, même par une température très froide, il est possible d'habiter pendant plusieurs heures dans une maison non chauffée, sans inconvénient grave, à condition d'en tenir les portes et les fenêtres bien fermées;

— si vous disposez d'un appareil de chauffage auxiliaire, allumez-le avant que la maison ne se refroidisse trop;

— dans une maison, la tuyauterie est ce qu'il y a de plus vulnérable aux dégâts que peut causer le froid intense. Si vous utilisez un chauffage auxiliaire, assurez-vous que la température de la maison est suffisamment élevée pour éviter que la tuyauterie ne gêle. Dans les cas extrêmes, on peut également fermer le compteur d'eau et purger les tuyauteries et le chauffe-eau;

— après une panne assez longue, vérifiez l'état des denrées périssables dans les réfrigérateurs, congélateurs et armoires. Lors d'une panne d'électricité, les aliments entreposés dans un congélateur devraient pouvoir demeurer gelés pendant 24 ou même 48 heures si la porte de l'appareil demeure fermée.

Pour en savoir davantage...

Que ce soit pour une panne de courant, un tremblement de terre, une tempête d'hiver, une inondation, communiquez avec l'un des bureaux de la protection civile du Québec dont la liste figure dans les pages bleues de votre annuaire téléphonique sous la rubrique « Gouvernement du Québec, Bureau de la protection civile ».

Voici l'adresse du siège social de la protection civile du Québec:

▶ **Bureau de la protection civile du Québec**
1200, route de l'Église,
Sainte-Foy (Québec)
G1V 4M1
Tél.: (418) 643-3256

ou communiquez avec le Service des incendies de votre municipalité.

Au voleur! Au voleur!

Surtout, ne touchez à rien. Communiquez immédiatement avec le service de police de votre municipalité.

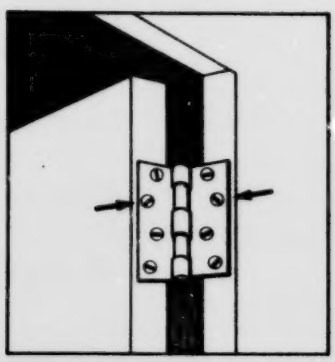
Mettez toutes les chances de votre côté:

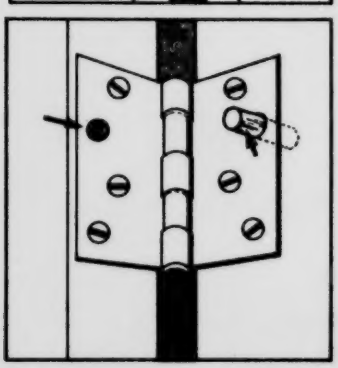
- verrouillez bien toutes les portes;
- évitez de garder des sommes d'argent importantes à la maison. Votre bas de laine sera davantage en sécurité dans un coffret de sûreté ou dans un compte en banque;
- utilisez le système de dépôt direct, qui est plus sécuritaire, pour déposer vos chèques de rentes dans votre compte bancaire;
- si vous avez des objets de valeur, un système d'alarme serait préférable;
- surtout ne laissez pas de clé dans la boîte aux lettres ou sous la carpette;
- n'attirez pas l'attention des voleurs en laissant une note du genre:

Chère Henriette, je suis partie pour quelques heures, mais ne te gêne pas, fais comme chez toi, j'ai laissé une clé sous le paillasson. Naturellement, je compte sur ta discrétion.

Ton amie Jeanne

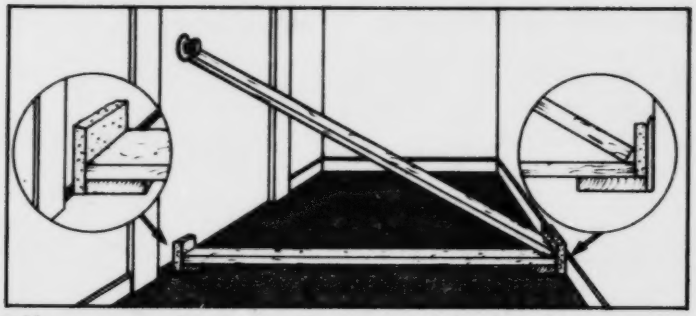
Comment compliquer la vie des voleurs





• Le voleur qui se heurte à une serrure difficile peut essayer d'enlever une porte qui s'ouvre vers l'extérieur en soulevant les goujons de ses charnières. Rendez-lui le travail impossible : enlevez deux vis, face à face, percez et insérez un goujon en bois dur ou en métal qui excédera la surface de la charnière d'un quart de pouce au maximum.

• Installez un morceau de bois ou de métal dans l'encadrement des portes patio ou des fenêtres qui s'ouvrent horizontalement. Plus question de les ouvrir de l'extérieur !



- Vous pouvez barricader les portes au moyen d'un arc-boutant ou d'une planche de 2 × 4.
- Pour améliorer la sécurité de la porte de votre garage, percez un trou dans la traverse et insérez-y un cadenas.
- La gâche fournie avec votre serrure peut ne pas être très solide. Remplacez-la. Choisissez-en une plus grande. Comme la pression sera répartie sur une plus grande surface, le cadre risquera moins de fendre sous l'effet d'un coup violent. Enfin, installez des vis plus longues.

Soyez prudent! Un accident est si vite arrivé

Ces précautions peuvent vous sauver:

- ne grimpez pas sur une chaise ou sur un tabouret pour atteindre une armoire trop haute. Demandez de l'aide;
- assurez-vous que les carpettes et les tapis d'escalier sont bien fixés au plancher;
- assurez-vous que tous les escaliers sont bien éclairés et que la rampe est solide;
- placez des tapis antidérapants dans la baignoire ou la douche et sur le plancher de la salle de bain;
- installez un appui solide au mur pour faciliter l'accès à la baignoire;
- si vous renversez quelque chose, essuyez le sol immédiatement;
- attention aux parquets cirés;

- ne portez pas de pantoufles ou de souliers à semelles glissantes;
- ayez une lampe de poche ou une veilleuse pour vous guider dans le noir;
- si vous êtes malade ou invalide, ne verrouillez pas la porte de la salle de bain;
- n'hésitez pas à demander l'aide des autres.

Le service Vigilance postale peut vous sauver...

Si vous vivez seul, le service Vigilance postale peut veiller sur vous. Ce programme s'adresse aux personnes qui sont souvent seules dans leur logis et qui pourraient être dans l'impossibilité de demander de les aider, par suite d'un accident ou un malaise soudain.

Lors de sa tournée régulière, votre facteur surveillera tous les indices qui peuvent lui laisser croire que quelque chose d'inhabituel se passe chez vous: accumulation de courrier, lampes allumées constamment, porte entrouverte, etc. S'il soupçonne quelque chose, il prendra alors les mesures qui s'imposent.

Ce programme est mené en collaboration avec les facteurs et les Centres locaux de services communautaires (C.L.S.C.). Pour y adhérer, vous devez remplir le formulaire d'inscription où l'on demande les coordonnées de votre médecin et le nom de deux personnes-ressources qui pourraient être contactées en cas d'urgence. Vous pouvez vous inscrire pour une période temporaire ou prolongée.

À noter que tous les Centres locaux de services communautaires (C.L.S.C.) ne participent pas à ce programme. Mais peut-être pourriez-vous leur soumettre le projet?

Pour en savoir davantage ou pour obtenir le formulaire d'adhésion, communiquez avec:

- votre bureau de poste;
- votre facteur;
- votre Centre local de services communautaires (C.L.S.C.), dont vous trouverez la liste à l'annexe II du *Guide*.

L'assistance annuaire gratuite

Peut-être l'ignoriez-vous, mais Bell Canada offre *gratuitement* l'assistance annuaire aux personnes de 65 ans et plus.

Vous devez en faire la demande en communiquant avec le bureau d'affaires de Bell Canada de votre région. Vous n'avez qu'à prendre votre facture de téléphone et composer le numéro du service aux abonnés qui s'y trouve. On vous fera parvenir un formulaire que vous devrez compléter et retourner à Bell Canada.

Quel type d'habitation vous convient le mieux?

La perle rare, c'est peut-être... un logement à loyer modique (H.L.M.)

Tous les mois, votre loyer est une source de tracas parce qu'il représente une partie trop considérable de votre revenu; peut-être êtes-vous admissible à un logement à loyer modique (H.L.M.)?

L'Office municipal d'habitation de votre localité attribue des logements à loyer modique aux ménages les plus démunis à partir de critères définis qui tiennent compte, en particulier, des revenus, des conditions actuelles de logement et de la part de revenu qui est consacré au loyer.

Avec une « habitation à loyer modique » (H.L.M.), vous ne payez qu'une partie du coût réel du logement, la différence

étant assumée par le gouvernement du Québec, le gouvernement du Canada et les municipalités. Votre loyer mensuel de base est égal à 25 % de votre revenu considéré.

Le loyer comprend les services suivants: le chauffage, l'eau chaude, les taxes afférentes au logement, la cuisinière, le réfrigérateur et un stationnement extérieur lorsque des aires sont prévues à cette fin.

Vous désirez des « suppléments »?

C'est possible... si vous en assumez les frais.

Vous devez payer les frais supplémentaires pour l'utilisation d'un stationnement extérieur muni d'une prise électrique et pour tout stationnement additionnel. Vous devez aussi payer les frais d'électricité autres que ceux servant au chauffage et à l'eau chaude. Enfin, toute personne indépendante qui demeure avec vous et dont le revenu ne sert pas à établir le loyer mensuel de base doit verser une contribution forfaitaire dont le montant peut être révisé annuellement.

Une réduction du loyer?

Vous pouvez demander à l'Office municipal d'habitation une réduction de loyer en cours de bail dans deux circonstances précises:

- lorsque votre revenu de l'année civile en cours devient inférieur au revenu ayant servi à déterminer le loyer inscrit au bail;
- lorsque le nombre de personnes indépendantes qui cohabitent dans votre logement diminue.

Si 25 % du revenu est considéré: qu'est-ce qui est considéré?

Votre revenu considéré pour fins de calcul de votre loyer de base est celui reçu durant la dernière année civile précédant la date du début du bail, peu importe la source de ce revenu: travail, aide sociale, sécurité de la vieillesse, autres pensions et prestations.

Si vous occupez seul le logement:

le revenu considéré est la moyenne mensuelle de vos revenus bruts de toute provenance.

Pour tout autre ménage:

le revenu considéré est celui du chef de famille auquel s'ajoute, s'il y a lieu, le revenu d'une seconde personne, soit la personne indépendante ayant le revenu le plus élevé.

Prenez note

Un enfant d'un chef de famille ou de son conjoint âgé de moins de 25 ans n'est pas considéré comme personne indépendante pour fins de calcul du loyer de base. S'il est âgé de 21 ans et plus il peut, toutefois et selon certaines conditions, être appelé à verser une contribution forfaitaire au loyer.

Certains revenus ne sont pas considérés dans l'établissement de votre loyer de base:

- un remboursement ou un crédit d'impôt;
- un montant reçu par une famille d'accueil pour la prise en charge de bénéficiaire(s);
- une aide financière accordée en vertu de la *Loi sur les services de garde à l'enfance* (L.R.Q., c. S-4.1);
- une allocation de disponibilité;
- une allocation familiale;
- une prestation de supplément de revenu de travail;
- une pension alimentaire versée par un locataire;
- une déduction de 10 % (jusqu'à concurrence de 1 250 $) du revenu provenant du travail de la personne indépendante dans le calcul du loyer de base.

Cette formule vous intéresse?

Vous devez faire votre demande d'admission à l'Office municipal d'habitation de votre localité. Vous trouverez les coordonnées dans les pages blanches de votre annuaire téléphonique sous l'appellation « Office ».

L'Office municipal d'habitation vous fournira un formulaire de demande de location que vous devrez remplir. Votre demande sera évaluée, et l'Office vous informera par la suite de sa décision. Si un logement vous était accordé et que vous acceptiez de l'habiter, la loi prévoit que vous pouvez mettre fin à votre bail actuel en avisant par écrit votre propriétaire. Votre bail prendra fin dès que votre logement sera loué à un nouveau locataire ou, à défaut, trois mois après l'envoi d'un avis à votre propriétaire.

La perle rare, c'est peut-être... un logement coopératif

L'union fait la force

Une coopérative d'habitation est un groupement de personnes, appelées sociétaires, qui unissent leurs efforts en vue de construire ou d'acquérir un ensemble de logements et d'en assurer la gestion. Cette formule vise à contrer la hausse constante des coûts du logement et, plus particulièrement, à permettre à plusieurs individus de se loger convenablement, même si leurs ressources financières sont limitées.

Vous n'avez pas de capital?

Pour une fois, « plaie d'argent n'est pas mortelle ». L'adhésion à une coopérative d'habitation n'exige aucune mise de fonds proprement dite, comme celle que doit verser un particulier lorsqu'il achète une maison. Vous devez prendre une participation ou « part sociale », à titre d'engagement envers la coopérative; ce montant peut varier, mais il est généralement de 100 $.

Les logements acquis ou construits appartiennent à la coopérative et non aux membres. Ainsi, si vous décidez de quitter la coopérative, le montant de votre participation plus l'intérêt couru peuvent vous être remboursés. Ce sont les seules contributions que vous pouvez retirer puisque le logement ne vous appartient pas. Dans ce cas, vous serez simplement remplacé par un autre sociétaire.

Un p'tit coup de pouce pour vos finances?

Votre coopérative d'habitation peut être admissible aux programmes d'aide de la Société d'habitation du Québec (Logipop) et de la Société canadienne d'hypothèques et de logement (S.C.H.L.) à condition que la majorité des logements, soit 50 % plus un, soient occupés par des résidents ayant qualité de sociétaires et qu'il s'agisse d'une coopérative sans but lucratif. De plus, votre coopérative devra viser à procurer des logements à des familles à faible revenu.

Votre coopérative peut bénéficier de plusieurs types d'aide:

- le fonds de démarrage;
- le programme de financement des coopératives d'habitation;
- le programme d'aide annuelle au loyer;
- le programme d'aide à la remise en état de logements (LOGINOVE);
- le programme d'aide aux groupes d'animation et de ressources techniques;
- le programme Corvée-Habitation;
- le programme Supplément au loyer.

Une coopérative d'habitation sans but lucratif: pas si bête!

elle vous offre:

- la stabilité;
- un sentiment d'appartenance;

- un droit de regard sur le mode d'administration et d'entretien général de la propriété.

Pour en savoir davantage sur la formation d'une coopérative d'habitation, communiquez avec l'un des bureaux de la Société canadienne d'hypothèques et de logement (S.C.H.L.) dont l'adresse et le numéro de téléphone se trouvent dans votre annuaire téléphonique, sous la rubrique « Gouvernement du Canada », ou avec l'un des bureaux de la Société d'habitation du Québec:

▶ **Société d'habitation du Québec**

a/s Logipop
3, place Desjardins
25e étage
Tour du Morel
Montréal (Québec)
H5B 1E3
Tél.: (514) 873-8126

a/s Logipop
1054, rue Conroy
Édifice G, Bloc 2
4e étage
Québec (Québec)
G1R 5E7
Tél.: (418) 643-2574

La perle rare, c'est peut-être... une chambre

Si vous êtes seul, vous préférerez peut-être louer une chambre plutôt qu'un appartement. Certaines chambres sont meublées, d'autres pas. Certaines sont situées dans des maisons dont toutes les pièces sont en location, d'autres dans des maisons privées occupées par le propriétaire. Certaines comprennent l'accès à une cuisine, d'autres pas.

La location d'une chambre tombe sous la juridiction de la Régie du logement sauf si cette chambre est située dans un établissement hôtelier, ou de santé, ou encore dans la résidence principale du propriétaire, si ce dernier n'en loue pas plus que deux. Si la chambre possède une sortie extérieure distincte et des installations sanitaires indépendantes, elle est considérée comme un logement. Le locataire d'une chambre a donc les mêmes droits et obligations que les locataires d'un logement.

Ne pas se faire « enfirouâper »...

Bien que la location d'une chambre demeure élémentaire, il est recommandé de communiquer avec le Centre local de services communautaires (C.L.S.C.) de la localité avant de signer le bail. Le personnel pourra vous fournir certains renseignements au sujet de la maison de chambre que vous avez sélectionnée. Cette précaution pourrait vous éviter bien des ennuis. De plus, ce personnel est en mesure de vous aider et de vous conseiller dans vos recherches. En effet, si la très grande majorité des propriétaires de chambres sont d'honnêtes personnes, il a suffi, ces dernières années, que certaines d'entre elles se rendent coupables d'activités illicites envers leurs locataires pour que l'on accorde une attention particulière à cette forme d'habitat.

Tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur le bail et que vous n'avez jamais osé demander

Bail

Contrat pour lequel l'une des parties s'oblige à faire jouir l'autre d'une chose pendant un certain temps moyennant un certain prix que celle-ci s'oblige de lui payer[1].

La Régie du logement recommande à tous les locataires et propriétaires de signer un bail.

Le bail : un contrat

Comme vous le savez, le bail est un contrat de location. Il implique une entente écrite ou verbale contenant les obligations respectives du propriétaire et du locataire. Le bail écrit représente un instrument précieux puisque en cas de désaccord, c'est le principal document auquel les deux parties peuvent se référer.

1. Paul ROBERT, *Le Petit Robert* 1, Paris, Dictionnaire Le Robert, 1977, p. 152.

Au moment de la signature, ayez l'oeil ouvert:

- votre propriétaire doit vous remettre, avant la conclusion* du bail, un exemplaire du règlement de l'immeuble s'il en existe un. Celui-ci contient les règles auxquelles vous devez vous conformer, par exemple quant à l'utilisation des espaces communs: ascenseurs, stationnement, garage, etc.

  Dès lors, vous êtes tenu de respecter ces exigences, et aucun autre règlement qui vous serait présenté ultérieurement ne serait valable. Il faut cependant respecter toutes les autres conditions qui peuvent apparaître au bail;
- à la conclusion du bail, le propriétaire doit vous donner un avis indiquant le loyer le plus bas payé pour le logement au cours des 12 mois précédant le début de votre bail;
- si vous estimez que la différence entre l'ancien et le nouveau loyer est exagérée, vous pouvez, dans les dix jours suivant la conclusion du bail, demander à la Régie de fixer le loyer, sauf si votre logement ne tombe que partiellement sous la juridiction de la Régie, par exemple un H.L.M., ou un logement situé dans un immeuble neuf;
- si, à la conclusion du bail, votre propriétaire ne vous a pas remis cet avis, vous pouvez, dans les deux mois suivant le début du bail, demander à la Régie de fixer le loyer. Vous pouvez aussi effectuer cette démarche dans les deux mois suivant le jour où vous vous apercevez que le propriétaire a fait une fausse déclaration. Dans ce cas, la loi prévoit une amende de 200 $ à 2 000 $ plus les frais;
- dans les dix jours suivant la conclusion, le propriétaire doit vous remettre un exemplaire du bail écrit. Dans le cas d'une entente verbale, il doit quand même remettre un écrit donnant ses nom et adresse et les dispositions obligatoires du bail;

---

* La conclusion est le moment où le propriétaire et le locataire s'entendent sur la location d'un logement.

- si vous occupez un logement qui est partiellement sous la juridiction de la Régie, votre propriétaire doit vous remettre l'avis numéro 2 reproduit au bail de la Régie.

Il existe des regroupements de locataires qui peuvent:

- vous informer de vos droits;
- intervenir, en votre nom, pour vous défendre à la Régie du logement;
- constituer des mouvements de pression auprès des pouvoirs décisionnels, gouvernementaux et autres.

Où les trouver?

- contactez le Centre local de services communautaires (C.L.S.C.) de votre localité;
- votre Centre de services sociaux (C.S.S.);
- votre club de l'âge d'or;
- le centre de références de bénévoles de votre district;
- votre municipalité.

On vous fait la vie « dure »?
Un instant... il existe des recours

Votre propriétaire ne se conforme pas à l'une de ses obligations. Vous avez bien tenté de vous entendre à l'amiable, mais cette personne « ne veut rien savoir ».

Voici une liste des principaux recours possibles:

- retenue du loyer;
- diminution du loyer;
- résiliation du bail;
- réclamation de dommages-intérêts;
- ordonnance de la Régie;
- dépôt du loyer.

Retenue du loyer

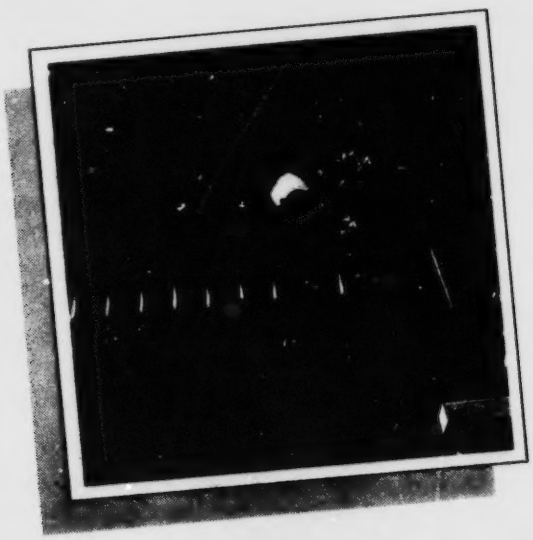
Vous pouvez demander à la Régie l'autorisation de conserver une partie ou la totalité de votre loyer pour exécuter une réparation ou une amélioration dont le propriétaire est responsable, mais qu'il a négligé de faire. On fait cette demande avant d'exécuter les travaux. Vous devez évaluer le coût des travaux, et la Régie fixera le montant et les conditions de la retenue. Vous devrez remettre à votre propriétaire les pièces justificatives des frais que vous aurez assumés.

Diminution du loyer

Vous pouvez exiger une diminution de loyer si:

- vous subissez une diminution de service;
- vous ne pouvez profiter pleinement de votre logement.

Dès que la situation sera redevenue normale, votre propriétaire pourra percevoir le plein loyer après en avoir fait la demande à la Régie.



Résiliation du bail

Si vous subissez un préjudice sérieux notamment lorsqu'un autre occupant de l'immeuble nuit à la jouissance paisible des lieux ou si le chauffage est insuffisant, vous pouvez demander à la Régie de mettre fin à votre bail.

Dommages-intérêts

Vous pouvez réclamer devant la Régie des dommages-intérêts relatifs à votre bail pour un montant inférieur à 10 000 $.

Ordonnance de la Régie

Si vous en faites la demande, la Régie peut, par une ordonnance, obliger votre propriétaire à respecter l'une de ses obligations lorsqu'il met en danger la santé ou la sécurité des occupants ou du public.

Dépôt du loyer

Si votre propriétaire ne respecte pas l'une de ses obligations, vous pouvez demander l'autorisation de déposer votre loyer à la Régie. Toutefois, cette mesure constitue un recours sérieux qu'on ne doit utiliser que dans les situations graves. Dans ces circonstances, vous devez donner à votre propriétaire un avis écrit préalable de 10 jours, indiquant les motifs du dépôt.

Vous êtes un « malcommode » chronique? Vous faites la vie dure à votre propriétaire? Attention, vous êtes loin d'avoir tous les droits...

Si vous êtes le type de locataire borné et désagréable, prenez garde! Votre propriétaire peut, en tout équité, exercer certains recours.

Résiliation du bail

Votre propriétaire peut demander à la Régie que vous quittiez son logement si:

- vous dérangez les autres occupants et les empêchez de jouir normalement des lieux (ex: bruit excessif);

- vous accusez un retard de plus de trois semaines dans le paiement de votre loyer. Toutefois, cette procédure peut être évitée si vous payez le loyer dû et les intérêts avant que la décision ne soit rendue;
- s'il subit un préjudice sérieux, à la suite de nombreux retards dans le paiement du loyer, etc.

Dommages-intérêts

Votre propriétaire peut, devant la Régie, vous réclamer des dommages-intérêts relatifs au bail pour une somme inférieure à 10 000 $. Par exemple, si, lors d'un accès de colère, vous brisez le comptoir de cuisine, votre propriétaire peut exiger un dédommagement. Naturellement, cette mesure s'applique si ledit comptoir n'est pas évalué à plus de 10 000 $.

Que faire si vous devez quitter votre logement en cours de bail?

Dans ces circonstances, vous avez tout intérêt à être en bons termes avec votre propriétaire.

Un bail est un contrat qu'on ne peut rompre unilatéralement et qui reste en vigueur jusqu'à la fin des ententes conclues. La rupture nécessite l'accord des deux parties.

Si votre propriétaire refuse de mettre fin à votre bail avant terme, vous pouvez sous-louer votre logement, c'est-à-dire que vous pouvez trouver une personne qui consente à l'occuper à votre place. Sachez chercher la femme ou l'homme, car **vous demeurez responsable du logement et du paiement du loyer jusqu'à la fin du bail**. Vous devez envoyer à votre propriétaire un avis donnant le nom et l'adresse actuelle du sous-locataire pressenti. Le propriétaire ne peut refuser la sous-location sans motif valable. S'il en a, il doit l'exprimer dans les 10 jours par un avis écrit, sans quoi son silence sera considéré comme une acceptation. Si vous ne désirez pas revenir habiter le logement, vous devez aviser par écrit votre propriétaire que vous ne renouvellerez pas votre bail.

de remettre et de conserver le logement en bon état d'habitabilité, de le remettre en bon état de propreté, d'avoir exécuté toutes les réparations à la livraison, de me conformer à la loi et aux règlements sur la sécurité ou la salubrité;

•

de garder le logement en état de servir à l'usage pour lequel il a été loué et procurer au locataire la jouissance paisible des lieux à laquelle il a droit;

•

d'assumer les frais des grosses réparations tels que le système de chauffage, le toit, etc. Je dois aviser par écrit mon locataire 10 jours avant le début des travaux. Si ceux-ci exigent une évacuation de plus d'une semaine, l'avis doit être donné un mois avant;

•

d'assumer la responsabilité des vices cachés et des réparations d'entretien résultant du vieillissement normal ou d'un événement totalement imprévisible;

d'exécuter les réparations urgentes et nécessaires. (Ex.: tuyaux qui éclatent en hiver). Le locataire peut toutefois les effectuer et retenir sur le loyer le montant des dépenses raisonnables qu'il a dû engager si, après m'avoir informé ou tenté sans succès de m'informer, je n'ai pas été en mesure d'agir ou je n'ai pas agi dans des délais raisonnables;

•

de donner à mon locataire un avis de 24 heures pour vérifier l'état du logement, y effectuer une réparation mineure ou le faire visiter à un acheteur éventuel. Cet avis est le seul qui puisse être donné verbalement. Le locataire peut refuser, sauf dans les cas d'urgence, si la visite doit avoir lieu avant 9 h et après 21 h;

•

d'obtenir l'accord de mon locataire avant de changer les serrures d'accès au logement;

•

de n'exiger de mon locataire aucun chèque postdaté ni d'argent liquide sous forme de dépôt.

de payer mon loyer le premier de chaque mois, sauf entente contraire, par versements égaux. Le montant versé ne doit pas excéder un mois de loyer;

●

de laisser mon propriétaire visiter mon logement, si celui-ci m'a prévenu dans les délais prévus;

●

d'obtenir l'accord de mon propriétaire avant de changer les serrures des portes d'accès au logement;

●

de me conformer à la loi et aux règlements sur la sécurité ou la salubrité, de me conduire de façon à ne pas ennuyer les autres locataires de l'immeuble et de conserver le logement en bon état de propreté;

en règle générale, d'effectuer en cours de bail, les menues réparations d'entretien, sauf celles qui résultent du vieillissement normal du logement ou d'un événement totalement imprévisible;

●

d'assumer la responsabilité des dommages pouvant survenir dans le logement, sauf si je suis en mesure de prouver que je n'en suis aucunement responsable, pas plus que les personnes à qui je permets l'accès au logement ou son usage;

●

d'aviser mon propriétaire des défectuosités ou détériorations importantes survenues dans le logement.

Pour résilier un bail, vous devez avoir une bonne raison

Une bonne raison, c'est:

- lorsqu'en ne respectant pas l'une de ses obligations, le propriétaire ou le locataire cause un préjudice sérieux à l'autre partie;
- lorsqu'on attribue au locataire un logement:
  - — à loyer modique (H.L.M.);
  - — dans un immeuble construit en vertu d'un programme d'élimination des taudis et de construction d'habitation salubres à Montréal;
  - — à la suite d'une ordonnance de la Régie;
  - — dans un centre d'accueil visé dans la *Loi sur les services de santé et les services sociaux* (L.R.Q., c. S-5);
  - — dans un foyer d'hébergement pour personnes âgées, administré par une société sans but lucratif.

Dans ces circonstances, la résiliation entre en vigueur dès que le logement est loué à un nouveau locataire ou trois mois après l'envoi d'un avis au propriétaire, si le bail est à durée fixe de 12 mois ou plus. L'avis est d'un mois si le bail est à durée fixe de moins de 12 mois. Cet avis doit être accompagné d'une copie de lettre qui confirme l'attribution du logement. Dans le cas d'un bail à durée indéterminée, le locataire n'a qu'à donner à son propriétaire un avis d'un mois;

- lorsque le logement devient dangereux pour ses occupants ou pour le public;
- lorsque le locataire déguerpit en emportant toutes ses affaires, le bail se trouve résilié de plein droit, et le propriétaire peut poursuivre son locataire en dommages-intérêts. Toutefois, cela ne s'applique pas si le logement est impropre à l'habitation;

- lorsqu'un locataire retarde de plus de trois semaines le paiement de son loyer, le propriétaire peut demander la résiliation du bail;
- dans certaines circonstances, lorsque le locataire meurt. En principe, le décès d'un locataire ne met pas fin au bail. Toutefois, si personne ne restait avec le locataire décédé, l'héritier ou le légataire peut résilier le bail en donnant au propriétaire un avis écrit de trois mois, dans les six mois suivant le décès.

Si une ou plusieurs personnes habitaient avec le locataire décédé et si, dans les deux mois suivant le décès, aucune d'elles n'avise le propriétaire de sa volonté de continuer à occuper le logement, l'héritier ou le légataire peut résilier le bail en donnnant au propriétaire un avis écrit d'un mois.

Que faire lorsque votre bail se termine?

Ne soyez pas surpris si, quelque temps avant la date d'échéance de votre bail, votre propriétaire vous écrit pour vous annoncer un grand chambardement dans votre immeuble pour l'année à venir.

Votre propriétaire a le droit, au terme du bail, d'en modifier la durée, d'en augmenter le loyer ou d'en changer les modalités.

Tout est une question de temps

Après avoir reçu l'avis de votre propriétaire, vous avez un mois pour y répondre par écrit. **Si vous ne répondez rien, cela signifie que vous acceptez les modifications que votre propriétaire demande.**

Si vous avez refusé l'augmentation ou les modifications du bail, votre propriétaire devra, s'il désire maintenir ces changements, demander à la Régie du logement de fixer le loyer ou de nouvelles conditions. Elle peut exiger aussi que le loyer demeure inchangé. Le propriétaire a un mois, après la réception de votre avis, pour effectuer cette démarche. S'il omet de le faire, le bail est automatiquement prolongé aux conditions de l'ancien, sauf que la durée ne peut excéder 12 mois. À noter que si vous refusez une augmentation de loyer, votre propriétaire ne peut pas vous renvoyer du logement.

Par ailleurs, si vous ne recevez pas d'avis de votre propriétaire et que vous désirez quitter votre logement, vous devez lui envoyer un avis de non-prolongation du bail dans les délais prévus par la loi. Vous trouverez toutes les modalités relatives aux délais dans le tableau qui suit. Si vous désirez renouveler votre bail, considérez qu'il est automatiquement prolongé aux conditions de l'ancien, sauf que la durée ne peut excéder 12 mois. Cette mesure s'applique également si votre propriétaire vous envoie son avis en dehors des délais prescrits.

	Bail à durée fixe de 12 mois ou plus	Bail à durée fixe de moins de 12 mois	Bail à durée indéterminée
Avis du locataire	Entre 3 et 6 mois avant la fin du bail.	Entre 1 et 2 mois avant la fin du bail.	Entre 1 et 2 mois de la date à laquelle le bail prendrait fin.
Avis du locataire d'une chambre	Entre 3 et 6 mois avant la fin du bail.	Entre 10 et 20 jours avant la fin du bail.	Entre 10 et 20 jours de la date à laquelle le bail prendrait fin.
Avis du propriétaire*	Entre 3 et 6 mois avant la fin du bail.	Entre 1 et 2 mois avant la fin du bail.	Entre 1 et 2 mois de la date à laquelle le bail prendrait fin.

*** Le propriétaire peut envoyer un avis de non-prolongation si le locataire a sous-loué son logement pendant plus de 12 mois consécutifs ou lorsque le locataire est décédé et que l'héritier ou le légataire n'habitait pas avec le défunt au moment du décès.**

	Bail à durée fixe de 12 mois ou plus	Bail à durée fixe de moins de 12 mois	Bail à durée indéterminée
Délai d'avis du propriétaire	Entre 3 et 6 mois avant la fin du bail.	Entre 1 et 2 mois avant la fin du bail.	Entre 1 et 2 mois de la date à laquelle s'appliqueront les modifications demandées.
Délai de réponse du locataire	Dans le mois suivant la réception de l'avis du propriétaire. Si le locataire ne répond pas, il est présumé avoir accepté les modifications au bail.	Dans le mois suivant la réception de l'avis du propriétaire. Si le locataire ne répond pas, il est présumé avoir accepté les modifications au bail.	Dans le mois suivant la réception de l'avis du propriétaire. Si le locataire ne répond pas, il est présumé avoir accepté les modifications au bail.
Délai de contestation du propriétaire à la Régie	Dans le mois suivant la réception de l'avis de refus du locataire.	Dans le mois suivant la réception de l'avis de refus du locataire.	Dans le mois suivant la réception de l'avis de refus du locataire.

N.B. Tout avis doit être écrit
Sans être obligé par la loi, vous avez avantage, à titre de locataire, à expédier par courrier recommandé votre avis de refus d'augmentation à votre propriétaire, s'il y a lieu. Cette précaution constitue une preuve très importante si vous avez recours à la Régie du logement et qu'en audition votre propriétaire prétendrait n'avoir jamais reçu votre avis de refus.
Réception: lorsque l'avis est expédié par la poste, ce qui est toujours préférable, la date présumée de la réception est la date de l'oblitération postale.

Une augmentation, ça se discute!

Vous trouvez que l'augmentation de votre loyer est exagérée et injustifiée. Pourquoi ne pas en parler à votre propriétaire?

Qui ne risque rien, n'a rien. Rien ne vaut une discussion « en tête à tête »

Votre propriétaire pourra, à l'aide des pièces justificatives, vous démontrer la ou les raisons qui l'ont obligé à agir ainsi. Il peut sembler difficile d'apprécier, au premier abord, la justesse et la pertinence d'une augmentation de loyer. C'est en y regardant de plus près qu'il sera plus facile pour votre propriétaire de vous demander une augmentation raisonnable et, pour vous, d'en évaluer la justesse.

Le calme après la tempête

Lorsque vous aurez convenu d'une entente sur le nouveau loyer et les modifications au bail, votre propriétaire doit vous remettre, avant le début du bail, un exemplaire ou encore un document sur lequel il décrit les nouvelles conditions. Si, malgré la négociation et la bonne foi des deux parties, il subsiste une mésentente, vous pouvez maintenir votre refus, et votre propriétaire peut pour sa part demander à la Régie du logement de trancher la question.

Le fils du propriétaire a choisi votre logement, que faire?

Dans la plupart des cas, vous faire une raison.

Le propriétaire peut, à la fin du bail, reprendre possession du logement pour y installer ses ascendants, ses descendants, son gendre, sa bru et même son beau-père, sa belle-mère, son beau-fils, sa belle-fille ou tout autre parent à sa charge. Cela peut sembler inique, car déménager vous coûtera cher et vous en serez pour vos frais. Mais c'est le règlement. La famille avant tout.

Le propriétaire doit vous aviser par écrit de ses intentions dans les délais suivants:

Bail à durée fixe de plus de six mois	6 mois avant la fin du bail
Bail à durée fixe de six mois ou moins	1 mois avant la fin du bail
Bail à durée indéterminée	6 mois avant la date à laquelle on entend reprendre possession du logement

Cet avis doit comprendre le nom de la personne pour qui il demande la reprise de possession, le degré de parenté avec le propriétaire, s'il y a lieu, et la date à laquelle ce dernier entend occuper le logement.

Vous devez répondre par écrit dans le mois suivant la réception de cet avis. Si vous ne répondez pas, cela signifie que vous refusez de rendre le logement à votre propriétaire. Ce dernier devra, dans le mois suivant votre refus, demander une autorisation à la Régie. Si elle juge que votre propriétaire a raison, elle pourra imposer les conditions qu'elle estime justes et raisonnables. Par contre, si votre propriétaire ne réfère pas à la Régie, il ne pourra pas reprendre possession du logement.

Ce qui pourrait vous sauver la vie

Si l'une des situations suivantes se produit, le fils ou la belle-mère du propriétaire ne pourra plus vous forcer à déménager:

- depuis que votre propriétaire vous a donné un avis de reprise de possession, un autre de ses logements de même type, situé dans les environs et d'un loyer équivalent, devient vacant ou est offert en location avant ou à la date prévue pour la reprise de possession;

- votre propriétaire ne reprend pas possession du logement à la date prévue et, à cette date, vous continuez de l'occuper avec son consentement ; ainsi, le bail est prolongé de plein droit.

Bien des propriétaires en viennent à une entente avec leur locataire en défrayant en tout ou en partie les frais éventuels causés par un déménagement. Il s'agit toutefois d'ententes à l'amiable entre gens de bonne volonté et non d'un point de règlements codifiés par un quelconque organisme.

La Régie du logement, cet « organisme suprême »

Pour plus d'information ou pour obtenir de la documentation sur le bail ou les problèmes relatifs au logement, communiquez avec la Régie du logement. Cet organisme, créé par le gouvernement du Québec, a juridiction sur tout lieu loué à des fins résidentielles. Les préposés aux renseignements vous aideront, si nécessaire, à remplir votre demande et vous informeront des diverses démarches à suivre.

La Régie du logement dessert le territoire québécois grâce à son réseau de bureaux situés dans les principales villes du Québec et ouverts aux heures normales de travail.

Vous trouverez le numéro de téléphone du bureau de la Régie le plus proche dans les pages bleues de votre annuaire téléphonique, sous la rubrique « Gouvernement du Québec ».

Vous avez besoin d'une aide financière?

Logirente: offert aux aînés

Vous n'arrivez pas à joindre les deux bouts? Il n'y a aucun doute, le coût de votre logement gruge une trop grosse partie de votre budget.

M. Beausoleil, quant à lui, était admissible au programme Logirente... et vous?

Ce programme d'allocation-logement du gouvernement du Québec est conçu pour aider les citoyens âgés à demeurer dans le logement de leur choix et pour améliorer leurs conditions de vie. Il s'agit d'une aide financière directe accordée à ceux pour qui le coût total du logement signifie une dépense trop élevée en fonction de leur revenu. Logirente s'adresse aux locataires de chambre, aux locataires d'appartements et aux propriétaires.

Une trouvaille!

Logirente verse directement à M. Beausoleil une aide financière correspondant à 75 % de l'écart entre le coût de son logement (jusqu'à concurrence d'un loyer maximal) et 30 % de son revenu mensuel total de l'année précédant sa demande.

Le loyer maximal admissible au calcul de la subvention est de:

- 170 $ pour les locataires de chambre;
- 235 $ pour les personnes seules;
- 250 $ pour les couples.

Si le coût de votre logement est supérieur à ces coûts maximaux, vous êtes tout de même admissible jusqu'à concurrence des montants énumérés.

Les sommes reçues au titre de remboursement d'impôts fonciers (RIF) constituent une AVANCE quant à l'aide du gouvernement du Québec au logement. Les chèques mensuels de Logirente couvrent la différence entre ce à quoi vous avez droit et ce que vous avez déjà perçu à titre du remboursement d'impôts fonciers.

Logirente : à certaines conditions

Ainsi, pour bénéficier de ce programme en 1984, M. Beausoleil devait remplir les conditions suivantes :

- être âgé de 60 ans ou plus ou atteindre 60 ans avant le 31 août 1984 ;
- le coût de son logement devait correspondre à plus de 30 % de son revenu annuel de 1982 ;
- ne pas bénéficier d'une aide gouvernementale pour se loger ;
- résider au Québec le 31 décembre 1982.

Et vous ?

Vous croyez, comme M. Beausoleil, pouvoir bénéficier du programme Logirente ? Communiquez avec le bureau de Revenu Québec de votre région ; on vous fera parvenir, par le courrier, une formule de demande d'adhésion.

Bureaux de Revenu Québec :

Hull	(819) 770-1768	Rimouski	(418) 722-3572
Jonquière	(418) 542-8175	Rouyn	(819) 764-6761
Montréal	(514) 873-2611	Sherbrooke	(819) 563-3034
Québec	(418) 659-6500	Trois-Rivières	(819) 379-5360

Si vous devez utiliser l'interurbain, vous pouvez le faire sans frais. Faites le « 0 » (zéro) et demandez **Zénith Revenu Québec.**

Loginove et Parel, l'un ou l'autre... ou les deux

Vous êtes propriétaire d'un immeuble comptant un ou plusieurs logements et certaines restaurations s'imposent. Dans ce cas, le programme Loginove pourrait vous intéresser.
Vous êtes locataire d'un logement et la réfection d'un mur et de la salle de bain vous apparaît nécessaire; dans ce cas, parlez du programme Loginove à votre propriétaire.

Loginove est un programme d'aide à la restauration résidentielle du gouvernement du Québec, administré par la Société d'habitation du Québec, avec l'aide des municipalités et des institutions financières participantes. Ce programme accorde aux propriétaires des subventions non imposables pour favoriser la restauration des logements les plus détériorés. Il s'adresse aux individus, aux sociétés, aux corporations ou aux coopératives propriétaires d'un bâtiment comportant un ou plusieurs logements offerts en location ou occupés par leur propriétaire et comportant des défectuosités reconnues pour fins d'admissibilité.

Loginove s'applique dans certains grands centres urbains. Cependant, pour les coopératives et les organismes sans but lucratif, Loginove couvre tout le territoire québécois. À noter qu'il est possible de bénéficier à la fois du programme Loginove et du programme Parel.

Les règles du jeu

Pour bénéficier du programme Loginove, l'immeuble doit nécessiter des travaux de restauration d'un coût moyen d'au moins 4 000 $ par logement. Le propriétaire doit s'engager à respecter les conditions du programme, notamment quant à la nature des travaux et à l'entente qu'il doit contracter avec les locataires.

Avec Loginove, que rénove-t-on?

L'inspecteur reconnu par la Société d'habitation du Québec détermine l'admissibilité d'une demande en se basant sur une liste de défectuosités et de dégradations majeures.

En voici un résumé:

- le mur extérieur est détérioré;
- le bois des portes et des fenêtres est pourri;
- les balcons, galeries, escaliers sont pourris ou ne sont pas solides;
- la toiture ou les solins laissent l'eau s'infiltrer en plusieurs endroits;
- la fondation ou la charpente est déformée au point d'être dangereuse;
- les installations électriques sont désuètes ou dangereuses;
- la tuyauterie est usée et n'est plus étanche;
- les appareils sanitaires comme la baignoire, l'évier ou les toilettes sont défectueux au point de devoir être remplacés;
- le logement n'est pas suffisamment isolé ou le chauffage est insuffisant;
- le logement n'est pas muni d'issues ou d'éléments de protection contre l'incendie conformes aux règlements en vigueur;
- le logement d'une personne handicapée physiquement comporte des barrières l'empêchant de circuler librement.

Le programme reconnaît trois catégories de travaux pour fins de subventions:

Travaux essentiels

Ce sont les travaux nécessaires à la correction des défectuosités reconnues pour fins d'admissibilité et énumérées plus haut. Ces travaux doivent tous obligatoirement être exécutés.

Travaux préventifs

Il s'agit de certains travaux destinés à prolonger la vie de l'immeuble ou à le rendre plus fonctionnel. Le coût de ces travaux ne doit pas dépasser 25 % du coût des travaux essentiels et ne pas excéder 2 000 $ en moyenne par logement.

Travaux spécifiques

Dans le cas d'un logement destiné à une personne handicapée, certains travaux de réaménagement sont reconnus dans le cadre du programme.

Quelle aide recevrez-vous?

L'aide financière offerte dans le cadre de Loginove vise la partie résidentielle de l'immeuble. Le programme reconnaît pour fins de subvention jusqu'à 15 500 $ de travaux admissibles. À ce maximum peut s'ajouter un montant de 4 000 $ lorsqu'il y a des travaux se rapportant à un logement destiné à une personne handicapée.

Lorsqu'un propriétaire est admissible au programme fédéral Parel, la subvention de la Société canadienne d'hypothèque et de logement est déduite du montant de la subvention découlant de Loginove.

Il s'agit d'un logement occupé par son propriétaire

Dans ce cas, la subvention dépend du revenu du ménage. Elle s'échelonne de 0 à 75 % du coût des travaux reconnus pour fins de subvention. Si le revenu familial se chiffre à 13 500 $ et moins, le taux de la subvention s'élèvera à 75 %. De 18 001 $ à 18 500 $, le taux de la subvention est de 50 % et pour un revenu familial de 25 001 $ et plus, aucune subvention n'est accordée.

Il s'agit d'un logement occupé par un locataire

La subvention dépend du loyer net et du nombre de pièces du logement. Elle s'échelonne de 0 à 90 % du coût des travaux reconnus pour fins de subvention. Dans le cas d'un logement vacant, la subvention peut atteindre 50 %.

Supposons que :

Loyer net	Taux de la subvention en %			
	3 pièces et moins	4 pièces	5 pièces	6 pièces et moins
125,00 $ et moins	90 %	90 %	90 %	90 %
200,01 $ à 205,00 $		24 %	52 %	69 %
250,01 $ à 255,00 $			2 %	33 %
290,01 $ et plus				0 %

Le locataire a son mot à dire

Pour profiter du programme Loginove, un propriétaire doit signer une entente avec les locataires de son immeuble. Cette entente porte sur la nature des travaux, les conditions dans lesquelles les travaux seront exécutés et l'augmentation du loyer justifiée par les coûts des travaux de restauration.

Pour en savoir davantage communiquez avec :

- votre municipalité ;

ou

- une institution financière participante ;

ou

- **la Direction des programmes d'aide aux organismes communautaires et à la restauration, Société d'habitation du Québec, Programme LOGINOVE**

▶ **Bureau de Montréal :**
3, place Desjardins
Tour du Nord, 25e étage,
H5B 1E3
Tél. :(514) 873-8130

▶ **Bureau de Québec :**
1039, rue De La Chevrotière
Édifice G, 27e étage
GIR 4Z3
Tél. : (418) 643-6159

Partout ailleurs au Québec, sans frais : 1-800-463-4315

ou

- **la Corporation des maîtres électriciens**

▶ **Bureau de Montréal** (seul bureau au Québec)
7333, place des Roseraies
Porte 209
Anjou (Québec)
H1M 2X6
Tél. : (514) 353-9830
1-800-361-6805 (pour téléphoner à Montréal sans frais de n'importe quelle région du Québec)

ou

- **le ministère de l'Habitation et de la Protection du consommateur, Direction de l'inspection des installations électriques**

▶ **Bureau de Québec :**
800, place d'Youville
15e étage
G1R 5K7
Tél. : (418) 643-4850

▶ **Bureau de Montréal :**
255, boul. Crémazie Est
Montréal (Québec)
H2M 1L5
Tél. : (514) 873-4331 et
873-4637

▶ **Bureau de Hull :**
170, rue Hôtel-de-Ville
J8X 4C2
Tél. : (819) 770-3860

ou

- **l'Office de la construction du Québec (OCQ)**

▶ **Bureau de Montréal:**
3530, rue Jean-Talon Ouest
Montréal (Québec)
H3R 2G3
Tél.: (514) 341-7740

▶ **Bureau de Québec:**
825, rue Sainte-Thérèse
Québec (Québec)
G1N 1S6
Tél.: (418) 687-4330

ou

- **le ministère de l'Habitation et de la Protection du consommateur, Direction de l'inspection des installations de tuyauterie**

▶ **Bureau de Montréal:**
255, boul. Crémazie Est
4e étage
H2M 1L5
Tél.: (514) 873-4471

▶ **Bureau de Québec:**
800, place d'Youville
14e étage
Québec (Québec)
G1R 5K7
Tél.: (418) 643-4860

ou

- **la Régie des entreprises de construction du Québec**

▶ **Bureau de Montréal:**
1100, boul. Crémazie Est
H2P 2X2
Tél.: (514) 725-6433 et 725-9321

▶ **Bureau de Québec:**
690, Grande-Allée Est
4e étage
G1R 2K5
Tél.: (418) 643-7150

ou

- **la Corporation des maîtres mécaniciens en tuyauterie du Québec**

▶ **Bureau de Montréal:**
1400, rue Sauvé Ouest
Porte 265
H4N 1C5
Tél.: (514) 332-6171

▶ **Bureau de Québec:**
3360, rue de La Pérade
Sainte-Foy (Québec)
G1X 2L7
Tél.: (418) 653-8376

ou

- **le Guide des produits québécois dans la construction domiciliaire**

Pour obtenir des exemplaires, s'adresser à:

▶ **Société d'habitation du Québec**
Direction des communications
1054, rue Conroy
Édifice G
Bloc 2, 4e étage
Québec (Québec)
G1R 5E7
Tél.: (418) 643-5033

Parel, si vous êtes propriétaire

Parel, si votre propriété résidentielle requiert certaines rénovations.

Parel est un programme d'aide à la rénovation, administré par la Société canadienne d'hypothèques et de logement (S.C.H.L.).

Vous êtes admissible si...

- vous possédez une propriété résidentielle dans une zone désignée. (Vérifiez auprès de votre municipalité, de l'agence chargée de la mise en oeuvre du programme, ou de la S.C.H.L.);
- votre propriété est défectueuse dans au moins un des éléments suivants:
  - — la charpente;
  - — l'électricité;
  - — la plomberie;
  - — l'installation du chauffage;
  - — la sécurité en cas d'incendie.

La priorité est accordée aux réparations à effectuer dans ces éléments. Toutefois, diverses autres améliorations sont également permises, telles que la pose de matériaux isolants et d'autres travaux de nature à réduire les frais de chauffage.

Un prêt-subvention, une formule intéressante

Le programme Parel vous offre un prêt-subvention, ce qui signifie qu'une partie du prêt accordé peut devenir non remboursable.

Si vous occupez votre propriété résidentielle, c'est-à-dire si vous êtes propriétaire-occupant et que vous êtes admissible au programme, vous pouvez obtenir un prêt-subvention allant jusqu'à 10 000 $ pour réparer et améliorer votre logement. La partie non remboursable de ce prêt peut s'élever à 5 000 $. Tout dépend de:

- votre revenu familial « redressé » (incluant tous vos revenus);
- votre engagement à demeurer le propriétaire du logement en question et à l'occuper.

Plus votre revenu redressé est faible, moins vous aurez à rembourser

Revenu familial redressé	Prêt maximum remboursable	Montant non remboursable
23 000 $ ou plus	10 000 $	—— $
21 000	9 000	1 000
19 000	8 000	2 000
17 000	7 000	3 000
15 500	6 000	4 000
13 000 ou moins	5 000	5 000

Si vous êtes propriétaire-bailleur, c'est-à-dire si vous possédez une propriété résidentielle locative et que vous êtes jugé admissible au programme Parel, un prêt-subvention établi selon vos besoins en rénovation peut vous être accordé. Par exemple, si le coût de vos rénovations s'élèvent à 40 000 $, vous pouvez solliciter un prêt-subvention de ce montant.

Si votre demande est acceptée, vous pourrez obtenir, à la fin des travaux, un remboursement de 50 % des coûts de rénovation jusqu'à concurrence de 3 500 $ par logement que vous n'habitez pas. Cette somme est versée en un seul versement.

Pour mériter ce remboursement, vous devez donner votre accord à une convention concernant les loyers; vous gagnerez ainsi votre remise au rythme de 700 $ par année pendant une période de 5 ans maximum, ce qui représente au total une somme de 3 500 $ par logement.

Le programme Parel prévoit aussi une aide financière pour rendre vos logements accessibles aux personnes handicapées.

Où vous adresser?

Pour présenter une demande de subvention ou pour de plus amples renseignements, communiquez avec:

- votre municipalité;
- l'agent de demande de subvention du Parel;
- l'un des bureaux de la Société canadienne d'hypothèques et de logement dont vous trouverez l'adresse et le numéro de téléphone dans votre annuaire téléphonique, sous la rubrique « Gouvernement du Canada ».

Équerre: le dernier-né

Équerre est le nouveau programme québécois d'encouragement à la restauration résidentielle qui vous accordera le coup de pouce financier nécessaire à remettre votre maison d'équerre.

Si la maison que vous habitez requiert d'importantes réparations, pensez: **Équerre**

Qu'est-ce que ça donne?

Équerre vous accorde une subvention de 30 % du coût des travaux reconnus, déduction faite du premier 1 000 $ par bâtiment jusqu'à un maximum de 9 000 $ de travaux par logement pour une subvention maximale possible de 2 700 $. Cette subvention est non imposable.

Pouvez-vous bénéficier d'Équerre?

Vous êtes admissible:

- si vous êtes propriétaire;
- si vous occupez, à titre de résidence principale, un logement construit avant le 1er janvier 1970;
- si votre logement appartient à l'un des types d'habitation mentionnés plus loin;
- si sa valeur foncière normalisée pour l'année courante n'excède pas les montants indiqués dans le tableau suivant:

• **unifamilial*:** (1 logement)	60 000 $	• **quadruplex:** (4 logements)	90 000 $
• **duplex:** (2 logements)	70 000 $	• **quintuplex:** (5 logements)	100 000 $
• **triplex:** (3 logements)	80 000 $		

* Incluant le logement en copropriété

Équerre: à quelles conditions?

- si votre bâtiment nécessite des travaux de réparation ou de remplacement d'éléments détériorés;
- si votre bâtiment ne fait pas ou n'a pas fait l'objet d'une subvention, d'une contribution ou d'un prêt consenti dans le cadre d'un autre programme québécois ou fédéral d'aide à la restauration ou à la remise en état des logements depuis que vous en êtes propriétaire;
- si vous soumettez à la Société d'habitation du Québec le formulaire de demande de subvention accompagné de pièces requises;
- si votre demande de subvention est complète. À noter que votre demande sera considérée comme finale; la Société ne vous accordera aucune autre subvention pour des travaux additionnels.

Équerre vous permettra d'effectuer des travaux tels que:

- fondations;
- murs extérieurs;
- ouvertures;
- balcons, galeries ou passerelles;
- toiture;
- charpente;
- finis intérieurs;
- isolation;
- chauffage;
- électricité;
- plomberie;
- équipements;
- hygiène, salubrité et sécurité;
- accessibilité pour personnes handicapées et personnes âgées;
- aménagement d'un logement additionnel.

Si vous désirez bénéficier d'Équerre:

- identifiez les travaux admissibles que vous jugez nécessaires;
- faites procéder à une évaluation du coût des travaux (matériaux et main-d'oeuvre) par au moins un entrepreneur;
- remplissez votre formulaire de demande de subvention;
- faites-le parvenir à la Société d'habitation du Québec (S.H.Q.) accompagné de la soumission de l'entrepreneur et du compte de taxes municipales ou de l'avis d'évaluation de l'année courante;
- la Société d'habitation du Québec (S.H.Q.) étudiera votre demande, procédera au besoin à l'inspection du bâtiment et à la vérification du coût des travaux admissibles pour fins de subvention;
- un délai de 6 mois vous est accordé pour la réalisation des travaux autorisés;
- une fois les travaux terminés, acheminez l'ensemble de vos factures à la Société d'habitation du Québec (S.H.Q.) dans les 3 mois qui suivent;
- la Société d'habitation du Québec (S.H.Q.), après vérification, vous émettra un chèque dans les semaines suivant la réception des factures.

Pour plus d'information communiquez avec:

▶ **Société d'habitation du Québec**
1054, rue Conroy
Édifice G, 4e étage
Bloc 2
Québec (Québec)
G1R 5E7
Tél.: (418) 643-7676
Sans frais: 1-800-463-4315

Pour vous venir en aide

Personne n'est à l'abri de problèmes financiers. Lorsque rien ne va plus, il est réconfortant de savoir qu'il existe des organismes qui peuvent nous aider, notamment lorsqu'il s'agit d'un service essentiel comme l'électricité. Si vous n'avez pas les revenus suffisants pour payer votre facture d'électricité, vous pouvez communiquer avec :

- l'Association coopérative d'économie familiale (ACEF) ; ou
- les groupes en consultation budgétaire GRAPE (ce service s'adresse uniquement aux habitants de la ville de Québec) ; ou
- les Centres locaux de services communautaires (C.L.S.C.), dont la liste est mentionnée à l'Annexe II du *Guide* ;
- les bureaux de l'aide sociale, si vous êtes un bénéficiaire.

Ces organismes pourront négocier, en votre nom, une entente de paiement avec Hydro-Québec.

Quelques adresses utiles

▶ **ACEF de Joliette**
639, rue Saint-Viateur
Joliette (Québec)
J6E 3B8
Tél. : (514) 756-1333

▶ **ACEF du Centre de Montréal**
1212, rue Panet
Montréal (Québec)
H2L 2Y7
Tél. : (514) 598-7288

▶ **ACEF de l'Est de Montréal**
8750, rue Degrosbois
Montréal (Québec)
H1K 2G7
Tél. : (514) 352-7880

▶ **ACEF du Nord de Montréal**
7500, av. De Châteaubriand
Montréal (Québec)
H2R 2M1
Tél. : (514) 277-7959

▶ **ACEF de l'Outaouais**
18, rue Charlevoix
Hull (Québec)
J8X 1P1
Tél. : (819) 770-4911

▶ **ACEF de Sainte-Thérèse**
30A, rue Turgeon
Sainte-Thérèse (Québec)
J7E 3H4
Tél. : (514) 430-2228

▶ **ACEF de Thetford-Mines**
37, rue Notre-Dame Sud
Thetford-Mines (Québec)
G7G 1J1
Tél.: (418) 338-4755

▶ **ACEF de Victoriaville**
10, rue Carignan
Victoriaville (Québec)
G6P 4Z5
Tél.: (819) 752-5855

▶ **ACEF de Trois-Rivières**
1293, rue Hart, app. 1
Trois-Rivières (Québec)
G9A 4S5
Tél.: (819) 378-7888

▶ **Fédération des ACEF du Québec**
7500 av. De Châteaubriand
Montréal (Québec)
H2R 2M1
Tél.: (514) 277-7959

Groupe de recherche en animation et planification économique (GRAPE)

▶ 2301, 1re Avenue
Québec (Québec)
G1L 3M9
Tél.: (418) 529-4996

▶ 280, av. Notre-Dame
Notre-Dame-des-Laurentides
G2N 1K9
Tél.: (418) 849-2873

Quelques conseils utiles si...

Vous vendez votre maison:

- consultez un spécialiste en évaluation pour connaître la valeur réelle de votre propriété;
- vous pouvez consulter un courtier en immeuble qui se chargera de dénicher le bon acheteur, moyennant une commission d'un certain pourcentage. La Chambre d'immeuble peut vous fournir des renseignements concernant les services offerts par ses membres:

▶ **Chambre d'immeuble de Montréal**
1080, côte du Beaver Hall
Bureau M-102
Montréal (Québec)
H2Z 1T3
Tél.: (514) 866-4711

▶ **Chambre d'immeuble de Québec**
2480, chemin Sainte-Foy
Bureau 101
Sainte-Foy (Québec)
G1V 1T6
Tél.: (418) 658-4087

Vous voulez acheter une maison:

- prenez votre temps. Tout vient à point à qui sait attendre;
- vérifiez, à l'hôtel de ville de la municipalité, l'évaluation de la maison, le coût des taxes. Informez-vous des frais de chauffage et d'électricité;
- vous pouvez demander des conseils auprès d'un courtier en immeuble. Vous en trouverez la liste dans votre annuaire téléphonique sous la rubrique « Courtiers ».

Vous déménagez:

Si vous déménagez bientôt, il faut aviser certains services et personnes de votre changement d'adresse. Voici une liste sommaire qui vous aidera à dresser la vôtre:

- bureau de poste;
- Bureau des véhicules automobiles (permis de conduire et plaque d'immatriculation);
- bureau des programmes de la Sécurité de la vieillesse;
- Régie des rentes du Québec;
- Régie de l'assurance-maladie;
- banque ou caisse populaire;
- compagnies d'assurances;
- compagnies émettrices de vos cartes de crédit;
- compagnie de téléphone;
- compagnie de gaz naturel;
- sociétés de fiducie (obligations, placements);
- distributeur de mazout (si vous avez un contrat);
- Hydro-Québec;
- compagnie de câblodistribution;
- médecin, dentiste;
- hôpital où vous avez un dossier médical;
- revues et journaux auxquels vous êtes abonnés.

Vous trouverez des cartes d'avis de changement d'adresse dans tous les bureaux de poste. À la période des déménagements, certaines compagnies joignent une languette détachable à votre enveloppe de retour de paiement. Il vous suffit de la remplir et de l'insérer avec votre paiement. De même, le permis de conduire et le certificat d'immatriculation ont une partie détachable à cette fin. Remplissez-la et expédiez-la aussitôt que vous connaissez votre nouvelle adresse.

On vous refuse un logement par discrimination. De quel droit?

Par un beau matin, vous êtes à la recherche d'un logement dans un quartier de votre choix. Une affiche annonce « logement à louer ». L'apparence de la maison vous plaît... Vous entreprenez les démarches, mais on vous refuse le logement pour l'un des motifs suivants: votre âge, votre race, votre couleur, votre sexe, votre orientation sexuelle, votre état civil, votre religion, vos convictions politiques, votre langue, votre origine ethnique ou nationale, votre condition sociale ou le fait que vous soyez une personne handicapée ou que vous utilisiez un moyen quelconque pour pallier votre handicap, ou pour tout autre motif de discrimination illégale.

Dans de tels cas, la Commission des droits de la personne peut intervenir en votre faveur.

Comment procéder?

- tentez de savoir pourquoi on vous refuse le logement. Notez les raisons qu'on vous donne;
- informez le propriétaire que la discrimination est prohibée par la loi et que la Commission des droits de la personne peut faire enquête dans ces cas;
- démontrez de façon aussi précise que possible que vous êtes en mesure de respecter les conditions du bail (nom et téléphone de l'ancien propriétaire, lettre de références);

- si vos efforts ne suffisent pas à convaincre le propriétaire, vous pouvez porter plainte à la Commission des droits de la personne dans les plus brefs délais possibles.

Si vous désirez porter plainte ou si vous désirez des renseignements supplémentaires, communiquez avec:

▶ **La Commission des droits de la personne du Québec**

360, rue Saint-Jacques Ouest
Montréal (Québec)
H2Y 1P5
Tél.: (514) 873-5146
Sans frais d'interurbain:
1-800-361-6477

1279, boul. Charest Ouest
7e étage
Québec (Québec)
G1N 4K7
Tél.: (418) 643-1872
Sans frais d'interurbain:
1-800-361-6477

Une résidence adaptée à vos besoins!

M. Beausoleil vit seul dans son appartement. Depuis un an, son état de santé s'aggrave progressivement. Il nécessite quotidiennement des soins médicaux. Il ne peut plus entretenir son logis et veiller à ses propres besoins.

Que faire dans une telle situation?

Il existe différents types d'hébergement institutionnel qui peuvent venir en aide à M. Beausoleil:

- l'hébergement en centre d'accueil (public ou privé);
- l'hébergement en famille d'accueil;
- l'hébergement en pavillon;
- l'hébergement en centre hospitalier de soins prolongés.

Le choix de l'établissement sera fixé en fonction du degré d'autonomie et des soins que requiert M. Beausoleil.

Le centre d'accueil, pour votre mieux-être

Le centre d'accueil est destiné aux personnes âgées qui nécessitent une assistance régulière pour satisfaire à leurs besoins personnels. En plus du gîte et d'une alimentation appropriée, ce genre de maison spécialisée assure les soins médicaux et infirmiers requis. Elle offre, de plus, des programmes d'activités de groupe.

Ne vous fiez pas aux apparences

Avant de signer une entente avec un centre d'accueil privé, vous auriez tout intérêt à vérifier si ce dernier possède un permis émis par le ministère des Affaires sociales. Tous les centres d'accueil privés ou publics possèdent ce permis et sont contrôlés régulièrement par le Ministère. Sinon, il peut très bien s'agir d'un centre d'accueil illicite, qui échappe au contrôle de l'État.

Une famille d'accueil: un hébergement plus personnalisé

Comme son nom l'indique, une famille d'accueil est une famille qui héberge des personnes âgées chez elle. Ce type d'hébergement demeure la résidence qui offre le plus de similitude avec le milieu de vie antérieur. Il s'adresse aux personnes qui, bien qu'incapables de satisfaire à leurs besoins personnels et nécessitant une aide pour leur entretien personnel et leur protection, n'ont pas vraiment besoin d'utiliser une ressource comme un centre d'accueil.

La famille d'accueil peut recevoir jusqu'à neuf personnes. Outre le gîte, la nourriture et l'entretien personnel, ces familles offrent aux aînés une protection sociale et une vie familiale. Un infirmier les visite régulièrement, et ils peuvent fréquenter un centre de jour. Les Centres de services sociaux (C.S.S.) veillent au recrutement, à la formation et à la surveillance des familles d'accueil, ce qui assure la qualité des services et des lieux. Si M. Beausoleil opte pour cette solution, le Centre de services sociaux (C.S.S.) de sa région fera en sorte de lui trouver une famille d'accueil où il sera le plus à l'aise possible.

L'hébergement en pavillon : un intermédiaire valable

Le pavillon convient aux aînés qui doivent recevoir une assistance périodique dans l'exercice de certaines activités quotidiennes. En général, l'état de santé des bénéficiaires de pavillons est moindre que celui des bénéficiaires de famille d'accueil. Le pavillon contribue à maintenir la personne âgée le plus longtemps possible dans un milieu de vie se rapprochant de leur milieu habituel. En plus de fournir des lieux d'hébergement, les pavillons assurent, en collaboration avec les centres d'accueil, certains services : examens médicaux périodiques, soins infirmiers et soins d'assistance, activités de loisirs et autres. Rattaché à un centre d'accueil, le pavillon peut recevoir entre 10 et 29 personnes.

Ils sont tous inspectés périodiquement par le ministère de l'Habitation et de la Protection du consommateur et le ministère des Affaires sociales, et sont agréés par ce dernier.

L'hébergement en centre hospitalier de soins prolongés

Si l'on juge que M. Beausoleil est un malade chronique dont l'état instable exige des soins médicaux constants et prolongés, il devra demeurer dans un centre hospitalier de soins prolongés. Son médecin traitant pourra juger s'il s'agit du type d'hébergement qui convient le mieux à ses besoins.

Où s'adresser pour faire une demande d'hébergement ?

Pour tous ces types d'hébergement, la première porte d'entrée demeure les Centres locaux de services communautaires (C.L.S.C.). Vous devez y déposer votre demande d'hébergement et, s'il y a lieu, le personnel vous dirigera vers les personnes compétentes pour répondre à vos besoins.

Vous trouverez la liste des C.L.S.C. à l'annexe II du *Guide*.

Qu'est-ce qui fait pencher la balance?

Chaque demande d'hébergement déposée à un Centre local de services communautaires (C.L.S.C.) est évaluée individuellement. Le principal critère d'admission demeure le degré d'autonomie de la personne âgée et les ressources environnantes disponibles, particulièrement de la part des membres de sa famille. Les cas jugés urgents sont traités en priorité. À partir du degré d'autonomie de la personne, on établira le type de service qui lui convient le mieux, à savoir service d'aide à domicile, hébergement en centre d'accueil, famille d'accueil, etc. Il est inutile de présenter une demande d'hébergement pour une perte d'autonomie éventuelle. La date d'inscription ne constitue pas un critère de sélection; même si vous avez présenté une demande à 50 ans, elle ne sera pas nécessairement acceptée à votre vieillesse.

La décision finale en matière d'hébergement revient au Conseil régional de la santé et des services sociaux (C.R.S.S.S.). Lorsque le Centre local de services communautaires (C.L.S.C.) a recueilli tous les documents nécessaires à l'analyse du dossier (rapport médical et autres), ce dernier est acheminé au Conseil régional de la santé et des services sociaux (C.R.S.S.S.) qui déterminera le type d'hébergement qui correspond aux besoins de la personne. Par ailleurs, si l'évaluation de votre dossier suggère une orientation résidentielle en famille d'accueil, il sera acheminé au Centre de services sociaux (C.S.S.), qui est responsable du recrutement et de la formation des familles d'accueil.

Une résidence selon ses besoins, mais à quel prix?

Centre d'accueil public, famille d'accueil, pavillon, centre hospitalier de soins prolongés, peu importe; l'établissement est tenu de donner à M. Beausoleil tous les soins que requiert son état, sans égard à ses ressources financières. C'est le ministère des Affaires sociales qui assume la grande partie des coûts.

Il devra cependant débourser une certaine somme d'argent, qui correspond à peu près à ce qu'il lui en coûterait pour demeurer à la maison. Naturellement, il conservera une allocation de dépenses personnelles.

Comment calculer votre contribution?

À quoi contribuez-vous?

La contribution qui vous est demandée correspond assez exactement à ce qu'il vous en coûterait au minimum pour vivre dans votre propre domicile, et c'est pour cela qu'elle porte sur l'hébergement proprement dit, c'est-à-dire le logement et les repas.

Quant aux services sociaux et aux services de santé, ils sont gratuits pour tous les citoyens du Québec, et évidemment pour vous qui résidez dans un établissement du réseau des Affaires sociales. Ils n'entrent donc pas dans votre contribution. C'est pour cela que la contribution maximale qui vous est demandée, 706,50 $ pour une chambre individuelle, représente moins de la moitié du coût réel de maintien d'une place d'hébergement (plus de 1 400 $ par mois, sans compter le coût de l'immeuble).

Comment est-elle établie?

Pour établir votre contribution, on tient compte:

- de votre chambre, selon qu'elle est individuelle, à deux lits, à trois lits ou plus;
- de votre capacité de payer, c'est-à-dire de vos revenus et des biens que vous possédez;
- de la garantie qui vous est donnée de conserver un revenu de 90 $ pour vos dépenses personnelles, quels que soient vos revenus et la chambre que vous occupez.

Le prix des chambres

Il est le même pour tous les établissements, qu'il s'agisse d'un centre d'accueil ou d'un centre hospitalier de soins de longue durée:

chambre individuelle:	706,50 $
chambre à 2 lits:	591,00 $
chambre à 3 lits:	438,90 $

Ces prix sont des maximums qui ne vous sont demandés que si vos revenus et les biens que vous possédez le permettent.

Vous pouvez demander, pour le calcul de votre contribution ou pour d'autres renseignements, l'assistance du directeur de l'établissement où vous résidez. La personne responsable au Centre de services sociaux (C.S.S.) ou au Centre local de services communautaires (C.L.S.C.) de votre région peut également vous aider.

Vos biens et vos revenus

La façon de considérer vos revenus et vos biens varie selon que vous êtes une personne seule ou un membre d'une famille.

Vous êtes une personne seule

Vos revenus

Vous devez déclarer tous vos revenus, mais vous avez droit à certaines déductions:

- l'allocation pour dépenses personnelles;
- quels que soient votre revenu et la chambre que vous occupez, une allocation minimale de 90,00 $ par mois vous est garantie pour des besoins divers qui ne sont pas compris dans l'hébergement: habillement, coiffure, loisirs, etc.

Autres déductions:

- si vous avez *moins de 65 ans*, vous bénéficiez d'une exemption additionnelle de la moitié du revenu de contribution ainsi déterminé;

- si vous avez *65 ans et plus*, vous conservez, en plus de l'allocation de dépenses personnelles de 90,00 $, la moitié de vos revenus qui excèdent le montant maximum versé comme pension de vieillesse.

Vos biens

Vous devez déclarer le montant de vos épargnes et de vos biens immobiliers, puisqu'ils entrent dans le calcul de la contribution.

Toutefois, ces épargnes et ces biens ne sont comptés que lorsqu'ils excèdent certaines sommes et selon les modalités suivantes :

- vos *épargnes* sont exemptées jusqu'à concurrence de 1 500 $. L'excédent de ce montant servira à payer, s'il y a lieu, la différence entre votre revenu de contribution et le prix de la chambre ;

- vos *biens immobiliers*, notamment votre résidence, sont totalement exemptés lorsque leur valeur nette n'excède pas 40 000 $, mais seulement la première année de votre hébergement. Si cette valeur est supérieure à 40 000 $, on compte chaque mois 1 % de l'excédent. Après un an d'hébergement, on comptera chaque mois 1 % de la valeur brute totale de vos biens qui excède 1 500 $.

Quelques exemples...

Exemple 1 : Une personne seule de 65 ans ou plus, hébergée, reçoit mensuellement une pension de sécurité de vieillesse de 263,78 $, une rente de retraite de 400,00 $ et un supplément de revenu garanti de 65,60 $.

Calcul de contribution:

- sur la pension maximale de sécurité de vieillesse:
  529,38 $ − 90,00 $ = 439,38 $;
- 50 % de l'excédent du revenu total sur le maximum de sécurité de vieillesse:

Revenu total:	729,38 $
Maximum de sécurité de vieillesse:	529,38 $
Excédent:	200,00 $
50 % de cet excédent:	100,00 $
Revenu de contribution:	539,38 $
Contribution payable:	
— pour une chambre à 3 lits	438,90 $
— pour une chambre à 2 lits	539,38 $
— pour une chambre individuelle	539,38 $

Exemple 2: Une personne seule de 55 ans, hébergée, a un revenu mensuel de 100,00 $ et un avoir liquide de 5 000 $.

Revenu total:	100,00 $
Allocation pour dépenses personnelles:	90,00 $
Revenu de contribution	10,00 $

Contribution: 50 % du revenu de contribution
(10,00 $ × 50 % = 5,00 $)

Avoir liquide: 5 000 $ − 1 500 $ = 3 500 $

Cette personne paiera 706,50 $ pour une chambre individuelle, 591,00 $ pour une chambre à deux lits et 438,90 $ pour une chambre à trois lits ou plus. Lorsque son avoir liquide aura baissé à 1 500 $, la contribution payable ne sera plus que de 5,00 $ par mois, quelle que soit la chambre occupée.

Vous êtes membre d'une famille

Vos revenus

Vous devez déclarer tous vos revenus et ceux de votre conjoint. De ce revenu total, on soustrait plusieurs déductions pour tenir compte de vos besoins personnels et de vos charges familiales:

- 532,00 $ par mois pour votre conjoint, s'il n'est pas hébergé; s'il est hébergé, vous êtes considérés l'un et l'autre comme personnes seules aux fins du calcul de la contribution;
- 267,00 $ par mois pour chaque enfant à charge de 18 ans et plus encore aux études;
- 213,00 $ par mois pour chaque enfant à charge de moins de 18 ans.

Autre déduction:

- Du revenu de contribution ainsi obtenu, on déduit les trois quarts (¾). Vous ne devez donc payer que le quart de ce revenu, que vous ayiez moins de 65 ans ou 65 ans et plus.

Vos biens

Vous devez déclarer le montant de vos épargnes et de vos biens immobiliers, ainsi que ceux de votre conjoint, puisqu'ils entrent dans le calcul de la contribution.

Toutefois, ces épargnes et ces biens ne sont comptés que lorsqu'ils excèdent certains montants et selon les modalités suivantes:

Vos épargnes sont exemptées jusqu'à concurrence de 2 500 $. L'excédent servira à payer, s'il y a lieu, la différence entre votre revenu de contribution et le prix de la chambre.

Vos biens immobiliers, notamment votre résidence, sont totalement exemptés, lorsque leur valeur nette n'excède pas 40 000 $. Si elle excède ce chiffre, on compte chaque mois 1 % de l'excédent.

Votre contribution

Votre contribution ne peut jamais dépasser le moindre des deux montants suivants: le prix de la chambre ou votre capacité de payer établie en tenant compte de vos charges familiales et de vos biens personnels.

Il serait préférable, avant de présenter une demande d'hébergement en institution ou en famille d'accueil, de tenir compte de la mention suivante:

Tous les biens que vous n'aurez pas légués ou donnés 3 ans avant la date d'admission dans une institution d'hébergement ou une famille d'accueil seront considérés à titre de biens personnels pour le calcul de votre contribution...

Exemple 3: Un adulte hébergé et son conjoint vivant à domicile ont un revenu de pension de vieillesse et de supplément de revenu garanti totalisant 937,28 $.

Revenu total: 937,28 $
Déduction: — conjoint 532,00 $
Revenu de contribution: 405,28 $
Contribution de 25 % du revenu de contribution:
405,28 $ × 25 % = 101,32 $
Cet adulte paiera 101,32 $ pour une chambre individuelle, une chambre à deux lits ou une chambre à trois lits ou plus.

Autres précisions

La contribution est exigible à partir du premier jour d'hébergement dans un centre d'accueil, un centre hospitalier de soins de longue durée ou dans un établissement reconnu comme pouvant offrir des services de soins de longue durée.

Dans un centre hospitalier de soins de courte durée, la contribution est exigible après 90 jours d'hospitalisation, sauf si votre médecin traitant certifie que votre état de santé nécessite encore des soins actifs.

Le prix demandé pour l'hébergement doit être payé à la direction de l'établissement, par vous-même ou votre conjoint, le premier de chaque mois.

Votre revenu de contribution pour un mois donné est établi sur la base de vos revenus du mois précédent. Cela signifie, par exemple, que la contribution payable le premier janvier 1984 a été établie sur vos revenus de décembre 1983.

Si vous désirez déposer une plainte...

Si vous n'êtes pas satisfait des services obtenus dans votre centre d'hébergement ou autres ou si vous désirez déposer une plainte concernant votre allocation personnelle (90,00 $) communiquez avec le Conseil régional de la santé et des services sociaux (C.R.S.S.S.) de votre localité. Vous trouverez la liste des C.R.S.S.S. à l'annexe IV du *Guide*.

Les augmentations des prix des chambres prennent effet le 1er janvier, et les nouveaux prix des chambres sont donc utilisés pour établir la contribution payable le 1er janvier 1984.

CHOIX DE PUBLICATIONS

Titre	Prix
Législation sur le logement locatif	7,50 $
Loi sur l'expropriation	3,25 $
Règlement sur l'aide à la restauration résidentielle (Loginove)	2,75 $
Loi sur les coopératives	5,50 $

Ces publications sont en vente dans les librairies de l'Éditeur officiel. Vous trouverez les adresses et numéros de téléphone à la page 57 du Guide.

La maison de mon grand-père

Elle n'est plus, la maison de mon grand-père
Mais le souvenir reste dans ma mémoire.
J'allais souvent pendant les vacances
Faire des commissions pour tante Louise.
Je la voyais de loin, la maison de mes rêves
Avec ses lucarnes fleuries, ses arbres
Ses lilas mauves, son jardin potager
Entouré de groseilliers et de pommiers.
Pour moi, ce coin de terre était béni
Et je croyais que c'était le paradis.
Après tant d'années, je revois encore
Toute la famille dans ce magnifique décor.
Hélas! Tour à tour, ils ont quitté cette vie.
Mais je suis sûre qu'ils m'attendent au paradis.

Marie-Anne McNullen — Harrison
83 ans

Questions d'argent

La course aux trésors... 158
Le Régime de rentes du Québec: un régime purement québécois 158
La pension de Sécurité de la vieillesse pour tous ou presque! 168
Le supplément de revenu garanti: pour vous aider à joindre les deux bouts 174
L'allocation au conjoint: pourquoi pas? 176
L'assurance-chômage à 65 ans: un cas particulier 179
L'aide sociale: un droit pour tous les Québécois 181
Le Régime de pension du Canada: partout sauf au Québec 183
L'allocation aux anciens combattants et l'allocation de guerre pour les civils 184
Les régimes de retraite privés: vos épargnes d'hier ont porté fruit 185
N'oubliez pas les autres sources de revenu 186
Vous êtes privilégié... 188
Les régimes de retraite privés 189
Le régime enregistré d'épargne-retraite (R.E.E.R.): un bas de laine à l'ancienne... servi à la moderne 192
En résumé: si vous désirez augmenter vos revenus à la retraite... 198

Nous ne sommes plus à l'époque du bas de laine, et les questions d'argent peuvent vous sembler quelque peu complexes. Mais ne vous laissez pas impressionner, nous allons répondre à toutes vos questions.

Saviez-vous qu'il existe plus de 25 types de prestations offertes par le gouvernement québécois, le gouvernement fédéral et par les régimes privés? Mais dans tout cela, vous, selon votre situation, à quoi avez-vous droit et pourquoi?

La course aux trésors...

Le Régime de rentes du Québec : un régime purement québécois

Le Régime de rentes du Québec vous concerne peut-être!

Ce Régime peut vous venir en aide par le biais de la rente de retraite, la rente d'invalidité ou la rente de conjoint survivant, mais il y a des conditions d'admissibilité particulières à chacune.

Avez-vous droit à une rente du Régime de rentes du Québec?

Vous êtes admissible uniquement si vous y avez cotisé. Vous vous souvenez sûrement que, parmi la liste de déductions qui figuraient sur votre chèque de paye, on retrouvait le « Régime de rentes du Québec ». Eh oui! c'était pour ça. À titre d'exemple, en 1984, tout travailleur âgé de 18 à 70 ans qui retire des gains de travail de 2 000 $ ou plus cotise au Régime. On déduit 1,8 % de son salaire compris entre 2 000 $ et 20 800 $, ce dernier étant le maximum cotisé au Régime de rentes du Québec. Son employeur est contraint de verser un montant égal au ministère du Revenu. Quant au travailleur autonome, il verse une cotisation annuelle de 3,6 % de ses gains inclus entre 2 000 $ et 20 800 $. Ce sont ces cotisations qui vous rendent admissible aux diverses rentes du Régime.

Est-ce que tous les bénéficiaires d'une rente reçoivent le même montant?

Vous vous demandez pourquoi votre voisin qui, pourtant, a le même âge que vous, retire une rente de retraite supérieure à la vôtre? Tout s'explique! Le montant de votre rente est déterminé en fonction de vos gains et de vos années de cotisation inscrites au Registre des gains depuis le 1er janvier 1966.

Au sens du Régime de rentes, une année de cotisation signifie une année pour laquelle vous avez fait une cotisation sur des gains admissibles supérieurs à l'exemption, ce qui signifie en 1984 les cotisations retenues à partir des revenus entre 2 000 $ et 20 800 $. Une année qui vous serait attribuée à la suite du partage des gains est également reconnue comme une année de cotisation.

Vous avez décidé de vérifier vos années de cotisation; ces détails peuvent vous être utiles:

- une année au cours de laquelle vos gains ne dépassent pas l'exemption (2 000 $ en 1984) ne peut être considérée comme une année de cotisation, même si des cotisations ont été versées. Dans ce cas, vous pouvez obtenir le remboursement des cotisations versées si vous produisez une déclaration de revenus conformément à la *Loi sur les impôts*;
- il n'est pas nécessaire de cotiser chaque semaine ou chaque mois d'une année; une seule cotisation sur des gains supérieurs à l'exemption suffit pour qu'il y ait une année de cotisation;
- l'exemption peut être réduite si vous n'avez pas le droit de participer au Régime pour l'année complète. Cela se produit au cours de l'année où vous atteignez 70 ans, ou si vous commencez à recevoir une rente de retraite ou d'invalidité.

À titre d'exemple: l'exemption d'un travailleur qui aurait atteint 70 ans en juin serait de 2 000 $ ÷ 12 × 6, soit 1 000 $. Étant donné que l'exemption ne vaut que pour six mois, le maximum des gains admissibles, 20 800 $ en 1984, serait réduit dans la même proportion que son exemption. Dans ce cas, le travailleur devrait verser des cotisations pour tous les gains reçus avant juillet, qui sont supérieurs à 1 000 $ et inférieurs à 10 400 $.

Est-ce que l'on cotise toute sa vie au Régime de rentes du Québec?

Non, l'âge limite pour cotiser au Régime est de 70 ans. Par contre, vous pouvez, de votre plein gré, cesser toute cotisation à l'âge de 65 ans ou dès que vous le désirez entre 65 et 70 ans, si vous commencez à retirer une rente. Ainsi, si vous commencez à recevoir votre rente de retraite à 65 ans et que, par la suite, vous recommencez à travailler, vous ne pourrez plus verser de cotisations au Régime de rentes du Québec.

Est-il possible de connaître le nombre d'années de cotisation qui vous est reconnu?

Oui, car les cotisations sont inscrites dans le Registre des gains sous votre numéro d'assurance sociale. Non seulement vous pouvez vérifier si vos cotisations annuelles sont inscrites, mais vous devriez le faire tous les deux ans au moins ou, en tous cas, absolument avant de prendre votre retraite. Vous pourrez ainsi faire corriger les erreurs qui auraient pu se glisser: erreurs de transmission venant de l'employeur, erreur de transcription ou tout simplement un oubli. Pour information, contactez la Régie des rentes du Québec:

▶ **Chicoutimi**
50, rue Racine Est
G7H 1P6
Tél.: (418) 549-2684

▶ **Drummondville**
147, rue Lindsay
J2C 1N7
Tél.: (819) 472-3357

▶ **Hull**
167, rue Wellington
J8X 2J3
Tél.: (819) 770-6165

▶ **Montréal**
1055, boul. Dorchester Est
Case postale 1055
Succursale C
H2L 4T6
Tél.: (514) 873-2433

▶ **Québec**
1000, route de l'Église
Case postale 5200
G1K 7S9
Tél.: (418) 643-2181

▶ **Rimouski**
92, 2e Rue Ouest
G5L 8B3
Tél.: (418) 722-3526

▶ **Rouyn**
33, rue Gamble Ouest
J9X 2R3
Tél.: (819) 762-0941

▶ **Sherbrooke**
1680, rue King Ouest
J1J 2C9
Tél.: (819) 569-9575

▶ **Trois-Rivières**
225, rue des Forges
G9A 2G7
Tél.: (819) 378-4519

C'est bien beau tout ça, mais comment procède-t-on pour faire une demande de prestation?

Vous devez remplir une formule prescrite à cette intention, que vous trouverez aux bureaux de la Régie des rentes du Québec et dans les caisses populaires. Les retardataires, attention! Un retard peut entraîner la perte d'un ou de plusieurs mois de rente.

La rente de retraite, une nouvelle vie qui commence

La rente de retraite, y avez-vous droit?

Depuis janvier 1984, la retraite est flexible entre l'âge de 60 et 70 ans. Ainsi, vous pouvez bénéficier d'une rente de retraite si vous avez entre 60 et 70 ans et si vous avez cotisé au Régime pendant au moins une année. À noter que si vous êtes âgé entre 60 et 65 ans au moment de votre demande, vous devez avoir cessé de travailler.

Quel sera le montant de votre rente?

Tout dépend des montants inscrits à votre Registre des gains. Le montant maximum est de 387,50 $ par mois à 65

ans. La rente est indexée tous les ans, selon l'augmentation de l'Indice des prix à la consommation.

Qu'est-ce que le Registre des gains?

C'est le Registre dans lequel la Régie des rentes du Québec inscrit le cumul de vos gains et de vos cotisations de même que les gains qui vous sont attribués à la suite d'un partage de gains, par exemple pour un divorce. Vous pouvez demander, une fois l'an, le montant des gains admissibles inscrits à votre Registre.

Est-il plus avantageux de retirer sa rente à 60 ans ou plus tard?

Quand retirer sa rente? Voilà toute la question!

Chaque cas étant différent, une petite analyse s'impose. La pleine rente de retraite est payable à l'âge de 65 ans. Si vous demandez votre rente avant 65 ans, elle sera réduite de 0,5 % par mois d'anticipation. Par contre, si vous retardez votre retraite à plus de 65 ans, votre rente sera majorée du même pourcentage pour chaque mois passé votre 65e anniversaire. Ainsi, si vous prenez votre retraite à 60 ans, vous recevrez une rente égale à 70 % de votre rente normale et, si vous retardez à 70 ans, vous toucherez une rente égale à 130 % de votre rente normale.

Avant de prendre une décision, certains points sont à considérer:

- si vous avez 65 ans et que vous continuez à travailler, vous ne pouvez pas demander votre rente et continuer à cotiser au Régime dans le but d'augmenter vos contributions et majorer le montant de votre rente. Il vaudrait mieux, dans ce cas, faire calculer les avantages et les inconvénients par la Régie des rentes, car il est rarement avantageux de continuer à cotiser après 65 ans;
- si vous recevez déjà une rente de retraite, vous ne pouvez plus cotiser au Régime, même si vous recevez des gains de travail;

- vous pouvez recevoir votre rente de retraite, même si vous continuez à travailler, mais vous ne pouvez plus cotiser au Régime.

La rente de retraite ne modifie en rien le droit à la pension de Sécurité de la vieillesse du Canada. Par contre, si vous êtes bénéficiaire de la pension de la Sécurité de la vieillesse et que vous demandez un Supplément de revenu garanti, on tiendra compte de vos revenus obtenus par la rente de retraite du Régime de rentes du Québec.

Le montant maximum de la rente de retraite en 1984

Âge au début du paiement de la rente	Montant mensuel maximum
60 ans	271,25 $
61 ans	294,50 $
62 ans	317,75 $
63 ans	341,00 $
64 ans	364,25 $
65 ans	387,50 $
66 ans	410,75 $
67 ans	434,00 $
68 ans	457,25 $
69 ans	480,50 $
70 ans ou plus	503,75 $

Maintenant! Quelle est votre décision?

Veuillez noter qu'il vous est possible, avant de prendre une décision définitive, de communiquer avec l'un ou l'autre des bureaux de la Régie pour connaître le montant exact de la rente de retraite qui vous serait payable.

Les formulaires requis sont disponibles à la Régie des rentes du Québec dont la liste se trouve à la page 160 du *Guide*; ou encore dans les caisses populaires.

La rente d'invalidité: une béquille financière

Pouvez-vous bénéficier d'une rente d'invalidité?

Les conditions d'attribution de la rente d'invalidité varient selon l'âge que vous avez lorsque vous en faites la demande:

- avant l'âge de 60 ans: vous aurez droit à une rente d'invalidité si vous êtes déclaré invalide par la Régie, c'est-à-dire si vous n'êtes plus en mesure d'occuper tout emploi rémunérateur et si vous avez cotisé au Régime, en 1984, au moins de 5 à 7 années. Il est toutefois nécessaire que cinq de ces années soient comprises dans les dix dernières années de votre période cotisable;

- de 60 à 64 ans inclusivement: vous aurez droit à une rente d'invalidité si vous êtes devenu incapable d'effectuer le travail que vous faisiez au moment où vous avez cessé de travailler en raison de votre invalidité. De plus, vous devez avoir cotisé au moins de 5 à 7 années, selon votre période cotisable.

Comment se traduit-elle en argent sonnant?

La rente est constituée d'un montant uniforme de 214,97 $ en 1984 et d'un autre montant qui représente 75 % de la rente de retraite que vous auriez reçue si vous aviez atteint 65 ans. La rente maximale se chiffre à 505,57 $ par mois en 1984.

Comment faire une demande?

Procurez-vous le formulaire intitulé « Demande de rente d'invalidité », disponible dans tous les bureaux de la Régie des rentes du Québec et dans les caisses populaires. Vous devez remettre la formule de rapport à votre médecin traitant, qui enverra votre rapport médical directement à la Régie. Ce rapport atteste qu'il vous est impossible, à cause de votre invalidité, d'occuper votre emploi actuel ou une occupation véritablement rémunératrice. Sur réception de votre demande, la Régie l'examine, l'accepte ou la refuse et vous avise par écrit de la décision rendue.

Pouvez-vous contester la décision de la Régie?

Si vous n'êtes pas satisfait de la décision rendue, vous pouvez, dans l'année qui suit la date de cette décision, demander à la Régie de la réexaminer.

Si cette nouvelle décision ne vous convient pas, vous pouvez, dans les 90 jours qui suivent la date de cette décision, avoir recours à la Commission des affaires sociales, dont le jugement est final et sans appel.

Pour tous renseignements, commun[illegible] avec la Régie des rentes du Québec dont vous trouve[illegible]iste à la page 160 du *Guide*.

La rente du conjoint survivant: un p'tit coup de pouce appréciable

La rente du conjoint survivant, y aviez-vous pensé?

Vous pouvez bénéficier d'une rente de conjoint survivant si votre conjoint avait cotisé au Régime pendant au moins le tiers du nombre d'années de sa période cotisable, sous réserve d'un minimum de trois années. Le droit à la prestation est également acquis après 10 ans de cotisation.

Quel sera le montant de votre prestation?

Si vous êtes âgé entre 55 et 64 ans, votre rente sera établie selon un montant uniforme de 275 $ en 1984 et d'un autre

montant qui représente 37,5 % de la rente de retraite que votre conjoint aurait touchée. La rente maximale est de 420,31 $ par mois en 1984. Si vous avez 65 ans et plus, vous recevrez 60 % de la rente de retraite dont votre conjoint aurait bénéficié, sous réserve d'un maximum de 232,50 $ par mois en 1984. Si vous êtes âgé de moins de 55 ans, la rente maximale serait de 360,25 $. La rente de conjoint survivant ne vous empêche pas de percevoir la pension de la Sécurité de la vieillesse du gouvernement fédéral.

Si vous avez vous-même cotisé au Régime, pouvez-vous recevoir deux rentes?

Non, pas nécessairement. Vous recevrez une rente combinée, calculée selon les dispositions du Régime, mais qui n'équivaut pas toujours à la somme des deux rentes.

Quelque chose vous inquiète? Vous et votre partenaire n'étiez pas mariés?

Dans certaines circonstances, la rente de conjoint survivant peut être versée à la personne qui, sans avoir été mariée avec le cotisant décédé, a vécu maritalement avec lui pendant un certain nombre d'années, dépendant des circonstances.

Qu'arrive-t-il si vous rencontrez une seconde fois « l'être idéal »?

Laissez libre cours à votre amour, car, depuis janvier 1984, les bénéficiaires de la rente de survivant au conjoint peuvent se remarier sans être pénalisés.

Qu'est-ce que la prestation de décès?

Au décès du cotisant, une prestation est payable à ses ayants droit ou à celui qui paiera les frais de sépulture ou de dernière maladie. Il faut en faire la demande à la Régie des rentes du Québec dans les cinq ans suivant la date du décès. En 1984, cette prestation maximale est de 2 080 $.

Vous avez d'autres questions? Posez-les à la Régie des rentes du Québec:

▶ **Régie des rentes du Québec**
1000, route de l'Église
C.P. 5200
Sainte-Foy (Québec)
G1K 7S9
Tél.: (418) 643-2181
Sans frais, faites le « 0 » et demandez
ZÉNITH COMMUNICATION-QUÉBEC.

Les cas spéciaux, il en faut

Qu'advient-il si vous avez travaillé dans une autre province canadienne et que vous voulez bénéficier d'une rente du Régime de rentes du Québec?

Si vous quittez le Québec pour une autre province, vous conservez la pleine valeur de votre participation au Régime. Il en est de même pour celui qui entre au Québec après avoir cotisé au régime de pension du Canada. Advenant la retraite, l'invalidité ou le décès, les prestations seront calculées en tenant compte des cotisations qui ont été versées aux deux régimes.

Pouvez-vous recevoir votre rente hors du Canada?

Si vous allez résider hors du Canada, vous gardez tous vos droits acquis en vertu du Régime. Vous pouvez obtenir le paiement d'une rente si vous répondez aux conditions d'admissibilité.

Qu'arrive-t-il si vous avez contribué au Régime de rentes du Québec de même qu'à un régime d'un autre pays?

Il existe des ententes de réciprocité en matière de sécurité sociale entre le Québec et certains pays. Cette entente vous permet de bénéficier des deux régimes. Pour connaître la liste des pays participants ou pour faire une demande de prestation, communiquez avec l'un ou l'autre des bureaux de la Régie ou écrivez au:

▶ **Service des ententes intergouvernementales**
Régie des rentes du Québec
1000, route de l'Église
C.P. 5200
Sainte-Foy, (Québec)
G1K 7S9
Tél. : (418) 643-2181

Est-ce que les gains peuvent être partagés en cas de divorce ?

Oui, les gains admissibles des deux conjoints peuvent être partagés à parts égales pour chacun des mois au cours desquels vous avez cohabité alors que vous étiez mariés, pourvu que cette période ait duré au moins 36 mois consécutifs. Ce partage, qui s'effectue selon les modalités prévues au Régime, ne peut avoir lieu que lorsque le mariage est dissous par divorce ou déclaré nul. Pour plus d'information, vous pouvez vous procurer le dépliant « On partage moitié-moitié en cas de divorce », disponible aux bureaux de la Régie des rentes du Québec.

La pension de Sécurité de la vieillesse pour tous ou presque !

Qu'est-ce-que la pension de Sécurité de la vieillesse ?

La pension de Sécurité de la vieillesse est une prestation canadienne, mensuelle, versée à toute personne de 65 ans ou plus qui remplit certaines conditions de résidence.

Quelles sont les conditions d'admissibilité ?

Pour en bénéficier, vous devez être âgé de 65 ans, être citoyen canadien ou résident légal et satisfaire aux conditions de résidence de la *Loi sur la sécurité de la vieillesse* (S.R.C., c. O-6).

Qu'arrive-t-il si vous n'avez pas toujours résidé au Canada ?

Selon le nombre d'années que vous avez vécu au Canada, vous aurez droit soit à la pleine pension, soit à une pension partielle.

Qu'est-ce-que cette histoire de pleine pension?

C'est simple. Vous pouvez percevoir une pleine pension, soit 263,78 $ par mois, si vous avez vécu au Canada pendant une période totalisant 40 ans depuis votre 18e anniversaire de naissance, ou si vous avez vécu au Canada pendant les dix années précédant immédiatement la date à laquelle vous présentez votre demande. Il peut arriver que vous répondiez à d'autres conditions et qu'on vous accorde une pleine pension de Sécurité de la vieillesse. Étant donné que la *Loi de la sécurité de la vieillesse* (S.R.C., c. O-6) est très complexe, nous vous suggérons, si vous ne répondez pas aux critères plus haut mentionnés, de communiquer avec le bureau des Programmes de la sécurité du revenu le plus près de chez vous; le personnel pourra examiner vos antécédents en matière de résidence et vous expliquer votre situation.

Adresses et numéros de téléphone des bureaux régionaux des Programmes de la sécurité du revenu.

▶ **Chicoutimi**
30, rue Racine Est
1er étage
G7H 1P5
Tél.: (418) 549-7412

▶ **Drummondville**
Édifice Surprenant
400, rue Saint-Georges
Bureau 105
J2C 4H4
Tél.: (819) 478-4611

▶ **Gatineau**
149, chemin de la Savane
Pointe-Gatineau
J8T 5C1
Tél.: (819) 561-1155

▶ **Laval**
Place du Carrefour
2525, boul. Daniel-Johnson
Bureau 175
H7T 1S9
Tél.: (514) 687-8444

▶ **Longueuil**
Édifice Port-de-Mer
101, place Charles-Lemoyne
Bureau 217
J4K 4Z1
Tél.: (514) 283-2650

▶ **Montréal**
Place Université
1255, rue University
4e étage, Bureau 400
H3B 3B6
Tél.: (514) 283-5750

▶ **Québec**
15, rue Henderson
Case postale 1816
G1K 7L5
Tél. : (418) 694-3332

▶ **Rimouski**
Édifice de l'Hôtel-de-Ville
205, avenue de la Cathédrale
G5L 5J1
Tél. : (418) 722-3025

▶ **Saint-Léonard**
5167, rue Jean-Talon Est
3e étage
H1S 1K8
Tél. : (514) 376-0280

▶ **Sept-îles**
Édifice Fédéral
402, rue Brochu
G4R 2W8
Tél. : (418) 962-7116

▶ **Sherbrooke**
30, rue Marchand
J1J 3E3
Tél. : (819) 565-4950

▶ **Trois-Rivières**
3675, boul. Chanoine-Moreau
G8Y 5M6
Tél. : (819) 373-2585

▶ **Val-d'Or**
Édifice Place-du-Québec
888, 3e Avenue
Pièce 305
J9P 5E6
Tél. : (819) 825-2867

▶ **Verdun**
442, avenue de l'Église
H4G 2M4
Tél. : (514) 768-6611

Et la pension partielle, pour qui est-ce ?

Vous ne remplissez pas les conditions de résidence exigées ? Vous avez peut-être droit à une pension partielle. Pour y être admissible, vous devez compter un minimum de 10 ans de résidence au Canada après votre 18e anniversaire de naissance. Chaque année complète de résidence au Canada après l'âge de 18 ans vous donne droit à 1/40e de la pleine pension, jusqu'à un maximum de 40 ans. Le montant de la pension partielle que vous recevrez est calculé en tenant compte du nombre d'années de résidence au Canada avant la présentation de votre demande. Le montant n'augmentera donc pas, même si vous continuez à demeurer au Canada. Si vous avez accumulé au moins 20 années de résidence au Canada après l'âge de 18 ans, vous pouvez, même si vous vivez à l'étranger, toucher une pension partielle.

Devez-vous être à la retraite pour recevoir votre prestation?

Non, vous pouvez continuer à travailler et recevoir, sans être pénalisé, votre pension de Sécurité de la vieillesse. La première condition d'admissibilité est l'âge (65 ans) et non l'occupation.

Quand et comment devez-vous demander votre pension?

Vous devez en faire la demande, six mois avant votre 65e anniversaire, sur la formule officielle qui est disponible dans tous les bureaux de poste du Canada ou dans les bureaux des Programmes de la sécurité du revenu. Répondez à toutes les questions posées sur la formule et joignez-y une preuve d'âge (certificat de naissance ou extrait de baptême) et les documents pouvant confirmer votre statut au pays. Si, lors de votre demande, vous n'avez pas tous ces documents,

envoyez quand même votre formule immédiatement. Vous pourrez obtenir ces preuves plus tard et les faire suivre.

La liste des adresses des bureaux régionaux des Programmes de la sécurité du revenu est inscrite à la page 00 du *Guide*.

Pouvez-vous obtenir de l'aide pour remplir le formulaire?

Mais bien sûr. Si vous êtes incapable de présenter une demande en raison d'une maladie ou d'une infirmité, une autre personne peut le faire en votre nom. Vous pouvez vous adresser au bureau des Programmes de la sécurité du revenu le plus près de chez vous et, s'il y a lieu, des agents de ces organismes se rendront à votre domicile pour vous aider. Le Centre local de services communautaires (C.L.S.C.) ou le Centre de services sociaux (C.S.S.) de votre localité fournit également une aide pour remplir ces formulaires.

Quand recevrez-vous votre premier versement?

Habituellement, la pension commence à être versée le mois suivant celui au cours duquel vous remplissez les conditions d'âge et de résidence. Si vous faites votre demande en retard, des arrérages peuvent être accordés et, dans ce cas, les prestations vous seront versées rétroactivement, mais pour 12 mois au plus.

À quoi sert la carte d'identité?

Peu de temps après la réception de votre premier chèque de pension, vous recevrez une carte d'identité portant votre nom et votre numéro de Sécurité de la vieillesse. Cette carte permettra d'établir que vous êtes pensionné de la Sécurité de la vieillesse et vous servira pour négocier vos chèques de pension ainsi que pour demander d'autres bénéfices et avantages offerts aux personnes âgées.

Est-ce qu'une autre personne que vous peut percevoir votre pension de Sécurité de la vieillesse?

Peu importe si vous résidez dans votre propre demeure ou que vous soyez dans un établissement, vous avez droit à

votre pension. Le gouvernement du Canada versera les prestations à votre nom. Cependant, si vous êtes incapable de gérer vos affaires par suite d'infirmité, de maladie ou pour toute autre raison, le bureau des Programmes de la sécurité du revenu peut verser votre pension à une autre personne ou à un organisme qui sera désigné pour agir en votre nom. Cette personne ou cet organisme devra, un fois l'an puis à la fin de son mandat, rendre compte de la façon dont les prestations reçues ont été employées en votre faveur.

Est-ce que vous pouvez contester l'avis du bureau des Programmes concernant une décision à l'égard de votre dossier?

Oui, si vous jugez, même après avoir reçu des explications, qu'une décision ne vous rend pas justice, vous pouvez aller en appel. Dans ce cas, un bureau des Programmes de la sécurité du revenu vous fournira tous les renseignements nécessaires sur les procédures à suivre.

Quoi faire si vous déménagez?

Vous devez avertir immédiatement, par écrit, le bureau des Programmes de la sécurité du revenu si vous voulez continuer à recevoir vos chèques régulièrement.

Qu'est-ce qui arrive si vous décidez de résider à l'étranger?

Aucun problème. Lorsque votre demande aura été approuvée, vous pourrez recevoir votre pension à l'étranger aussi longtemps que vous le désirez, pourvu que vous ayez résidé au Canada pendant 20 ans après l'âge de 18 ans. Si vous ne répondez pas à cette exigence de résidence, vous avez peut-être quand même le droit de recevoir votre pension à l'étranger. Contactez le bureau des Programmes de la sécurité du revenu. Prenez note que, lorsqu'une pension de la Sécurité de la vieillesse est reçue à l'étranger, les versements sont toujours faits en argent canadien.

Le supplément de revenu garanti : pour vous aider à joindre les deux bouts

Qu'est-ce que le supplément de revenu garanti?

Le supplément de revenu garanti est une prestation mensuelle qui s'ajoute à votre pension de Sécurité de la vieillesse si vous avez peu de revenu ou si vous n'en avez pas du tout. Si le coût de la vie augmente, selon l'indice des prix à la consommation, le supplément de revenu garanti est indexé en janvier, avril, juillet et octobre de chaque année. Si l'indice des prix à la consommation est stable ou enregistre une baisse, la prestation demeure la même.

Pouvez-vous recevoir un supplément de revenu garanti?

Cela dépend de... votre âge et de vos revenus. Vous devez être âgé de 65 ans et plus, et vos revenus ne doivent pas vous permettre de vivre décemment.

Qu'est-ce qu'on entend par revenu?

Il s'agit des sommes considérées comme revenu aux fins de l'impôt sur le revenu, c'est-à-dire: revenus d'intérêts, de placement, de travail, prestations du Régime de rentes du Québec, revenus provenant d'un régime privé de pension, prestations d'assurance-chômage, etc.

Comment faire une demande de supplément de revenu garanti?

Si vous ne touchez pas actuellement le supplément et que vous croyez y avoir droit, vous devez remplir le formulaire conçu à cette fin et le poster. Il est disponible dans les bureaux de poste ou dans les bureaux des Programmes de la sécurité du revenu. Si vous recevez pour l'année en cours un supplément de revenu garanti, un nouveau formulaire de demande vous parviendra en janvier. Remplissez-le le plus tôt possible. Vous recevrez par la suite un avis vous indiquant si vous êtes toujours admissible au supplément et de quel montant sera votre nouvelle prestation.

Comment calcule-t-on le montant de la prestation du supplément de revenu garanti?

Pour déterminer s'il y a lieu de vous verser un supplément et quel doit en être le montant, le gouvernement fédéral évaluera votre revenu et celui de votre conjoint, s'il y a lieu, au cours de l'année précédant votre demande. Si vous faites une demande en 1984, on tiendra compte de vos revenus de 1983. Pour déterminer le supplément de revenu, on calcule le revenu conformément à la *Loi de l'impôt sur le revenu* (S.R.C., c. I-5) en soustrayant les prestations de Sécurité de la vieillesse et les allocations familiales fédérales, s'il y a lieu. Les prestations de bien-être social et les versements connexes, les prestations de la Commission des accidents du travail, l'aide ou les cadeaux provenant des parents ou d'organismes de bienfaisance ne sont pas considérés comme un revenu imposable et ne sont donc pas pris en considération dans le calcul du supplément de revenu garanti.

Qu'arrive-t-il si l'un des conjoints meurt?

Si vous et votre conjoint recevez une pension et un supplément, et que l'un de vous deux disparaît, une légère hausse de revenu sera accordée au conjoint survivant.

En cas de séparation, que fait-on?

Si vous êtes séparé de votre conjoint depuis au moins un an, vous serez considéré comme une personne seule pour le calcul de votre supplément. Cependant, si vous êtes séparé depuis moins d'un an, vous devez faire compléter par votre conjoint la partie de votre formulaire intitulée « Revenu du conjoint » et lui faire signer à l'endroit indiqué. Si c'est impossible, expliquez pourquoi et, si votre conjoint ne demande pas le supplément, on pourra alors vous considérer comme une personne seule.

Qu'arrive-t-il si vous et votre conjoint n'habitez pas dans le même logis?

Certaines circonstances peuvent vous empêcher de vivre sous le même toit que votre conjoint: par exemple, si l'un ou l'autre devait habiter dans un foyer d'hébergement. Lorsque ce genre de séparation semble se prolonger indéfiniment, il peut être possible de vous considérer comme une personne seule aux fins du supplément, si cela est à votre avantage. Vous devez l'indiquer au moment où vous complétez votre demande ou plus tard, selon le cas. Si vous et votre conjoint reprenez la vie commune, vous devez avertir immédiatement le bureau de la Sécurité de la vieillesse.

Dans quelles autres circonstances devez-vous contacter le bureau de la Sécurité de la vieillesse?

Si vous changez d'adresse, si vous désirez recevoir vos prestations à l'étranger ou si vous n'êtes pas d'accord avec une décision rendue à votre égard, contactez le bureau de la Sécurité de la vieillesse de votre localité; le personnel vous informera des diverses procédures à suivre.

La liste des adresses des bureaux régionaux des Programmes de la sécurité du revenu se trouve à la page 169 du *Guide*.

L'allocation au conjoint: pourquoi pas?

Qui peut bénéficier d'une allocation au conjoint?

Pour être admissible à cette allocation, votre conjoint doit être un pensionné de la Sécurité de la vieillesse, vous devez être âgé de 60 à 65 ans et vous devez résider au Canada depuis au moins dix ans. Si vous répondez à ces exigences, vous pouvez faire une demande d'allocation au conjoint n'importe quand entre 60 et 65 ans, pourvu que le revenu combiné de votre couple, excluant la pension de la Sécurité de la vieillesse et le supplément de revenu garanti, soit inférieur au montant maximal permis, soit 3 000 $ en janvier 1984.

On a rejeté votre demande? Ne perdez pas espoir, car le montant maximum est ajusté tous les trois mois selon l'indice des prix à la consommation, et il est possible que vous ne soyez pas admissible pour le moment mais que vous le soyez dans trois mois. Votre demande sera donc comparée au nouveau maximum chaque fois qu'un réajustement se produit au cours de l'année.

Quel sera le montant de votre prestation?

Il est difficile de prévoir longtemps à l'avance, car le montant varie en fonction du total des revenus du couple. Par exemple, le maximum accordé est de 468,64 $ en janvier 1984, soit une allocation égale à la pension de Sécurité de la vieillesse et au supplément de revenu garanti.

Le supplément de revenu garanti de votre conjoint diminuera-t-il si vous recevez une allocation au conjoint?

Oui, le supplément de votre conjoint subira une baisse lorsque vous commencerez à recevoir une allocation au conjoint. En effet, le supplément d'un conjoint retraité, si l'autre n'a pas encore 60 ans, est versé selon les mêmes critères que pour une personne seule. Pour janvier 1984, le maximum est de 265,60 $. Dès que le conjoint atteint 60 ans, le supplément du pensionné est révisé et payé selon le taux accordé aux couples mariés, soit au maximum 265,60 $.

Quand le paiement de l'allocation au conjoint cesse-t-il?

Le versement de l'allocation au conjoint cesse lorsque le conjoint qui retire l'allocation meurt, si vous divorcez ou vous vous séparez, si l'un de vous deux s'absente du Canada pendant plus de six mois, ou encore lorsque le conjoint qui touche l'allocation atteint 65 ans. Dans ce dernier cas, six mois avant son 65e anniversaire de naissance, il recevra un formulaire de demande pour la pension de la Sécurité de la vieillesse.

Qu'arrive-t-il au décès du pensionné?

Si vous receviez une allocation au conjoint et que votre conjoint meurt, vous pourrez continuer à la recevoir jusqu'à 65 ans ou jusqu'à votre remariage. L'admissibilité est alors fondée sur votre revenu personnel. Il n'est pas nécessaire de fournir une nouvelle demande pour l'année de versement en cours au moment du décès. Cependant, vous devez soumettre une demande pour chaque année financière suivante; un formulaire vous sera envoyé à cette fin.

Quoi faire si vous changez d'état civil ou d'adresse?

Il est d'une extrême importance d'informer sans délai le bureau des Programmes de la sécurité de revenu de tout changement civil survenu après l'envoi d'une demande. Pour signaler un changement d'adresse ou pour toute information supplémentaire, vous pouvez contacter le ministère de la Santé et la Sécurité du revenu à:

▶ **Montréal:**
Place Université
1255, rue University
4e étage
Montréal (Québec)
H3B 3B6

▶ **Québec:**
15, rue Henderson
C.P. 1816
Québec (Québec)
G1K 7L5

Calcul de l'allocation au conjoint d'après les maximums de revenus fixes

Un pensionné et son conjoint âgé de 60 à 65 ans	
Autres revenus du couple	0,00 $
Supplément du pensionné	265,60 $
Pension de Sécurité de la vieillesse	263,78 $
Allocation au conjoint	468,64 $
Total	**998,02 $**

N.B. Dans ce cas, le conjoint pensionné recevra un chèque à son nom au montant de 529,38 $, et l'autre recevra un chèque de 468,64 $. Dans ce cas également, pour avoir droit à une partie du supplément et à une partie de l'allocation au conjoint, le revenu du couple, excluant la pension de Sécurité de la vieillesse, ne doit pas dépasser 3 000 $ pour le trimestre en cours.

L'assurance-chômage à 65 ans : un cas particulier

Si vous avez moins de 65 ans, il n'y a pas de procédure spéciale pour toucher l'assurance-chômage : vous devez répondre aux conditions d'admissibilité régulières. Pour information, contactez le Centre d'emploi du Canada de votre localité. Mais à 65 ans, il faut prévoir d'autres modalités.

Avez-vous 65 ans ?

Le jour de vos 65 ans, votre droit à l'assurance-chômage prend fin. Votre emploi n'est plus considéré comme un emploi assurable. Ce qui veut dire... que vous ne versez plus de cotisations à l'assurance-chômage. Ainsi, vous ne pouvez plus avoir droit aux prestations ordinaires ou de maladie d'assurance-chômage. Mais, car il y a toujours un « mais », à votre 65e anniversaire, vous pouvez faire la demande de cette prestation spéciale, même si vous continuez à travailler.

Qui a droit à la prestation spéciale ?

À 65 ans, vous pourrez recevoir la prestation spéciale si vous avez occupé un emploi assurable pendant au moins 20 des 52 semaines précédentes. Toutefois, si vous avez reçu des prestations d'assurance-chômage au cours des 52 semaines précédentes, vous devrez avoir travaillé pendant au moins 20 semaines depuis votre dernière demande de prestations. Mais attention ! Cette prestation ne vous est pas versée automatiquement. Vous devez, pour la recevoir, présenter une demande au Centre d'emploi du Canada de votre localité le plus tôt possible, car, si vous tardez, vous risquez de ne plus cumuler 20 semaines de travail dans les 52 semaines précédentes.

Continuerez-vous à travailler ?

Vous en avez le droit. Toutefois, si vous continuez à travailler, votre employeur doit cesser de déduire de votre salaire vos cotisations d'assurance-chômage dès le début du mois

suivant votre anniversaire. Si votre employeur continue de les déduire, dites-lui d'arrêter. De toute façon, vous avez droit de les réclamer dans votre déclaration de revenus.

À combien s'élève la prestation spéciale?

La prestation spéciale est égale à trois fois le montant des prestations hebdomadaires que vous auriez reçu si vous étiez un prestataire ordinaire. Cependant elle vous sera versée en un seul versement. La prestation hebdomadaire correspond à 60 % de la moyenne de votre salaire assurable d'une semaine. Le montant maximum, en 1984, est de 255 $ par semaine.

Vous pouvez vous procurer les formulaires requis aux bureaux de poste ou au Centre d'emploi du Canada de votre localité.

Que faire si vous n'êtes pas d'accord avec la décision du Centre d'emploi du Canada?

Il existe 3 niveaux de recours:

1. le Conseil arbitral du Centre d'emploi du Canada. Depuis le jour où vous avez reçu votre lettre vous informant de la décision concernant votre demande, vous avez 30 jours pour utiliser votre droit d'appel. Vous pouvez présenter vous-même votre appel ou encore vous faire représenter. Lors de l'audience, le Conseil arbitral étudiera votre cas. Vous serez informé de sa décision par la poste;

2. si vous perdez votre cause, vous pouvez en appeler au juge-arbitre. La procédure est très simple: il s'agit de présenter votre requête au Centre d'emploi du Canada, par écrit, dans les 60 jours suivant la date où vous avez pris connaissance de la décision du Conseil arbitral;

3. il existe aussi des recours judiciaires qui sont:
   — la Cour fédérale;
   — la Cour suprême du Canada.

Vous présentez une demande, par écrit, en exposant les faits et les motifs de votre appel à la Cour fédérale à l'une des adresses suivantes (selon votre région de résidence):

▶ **Montréal:**
1, rue Notre-Dame Est
Chambre 11.10
Montréal (Québec)
H2Y 1B6
Tél.: (514) 283-4820

▶ **Québec:**
300, boul. Jean-Lesage
Chambre 4.32
Québec (Québec)
G1K 8K6
Tél.: (418) 694-4920

Siège social de la Cour fédérale:

▶ **Édifice de la Cour suprême du Canada**
Rues Kent et Wellington
Ottawa (Ontario)
K1A 0J1
Tél.: (613) 992-4238

▶ **Cour suprême du Canada**
Rue Wellington
Ottawa (Ontario)
K1A 0J1
Tél.: (613) 995-4330

L'aide sociale: un droit pour tous les Québécois

Qu'est-ce que l'aide sociale?

Administrée par le ministère de la Main-d'oeuvre et de la Sécurité du revenu du Québec, l'aide sociale est une mesure de dernier recours destinée à tout citoyen québécois privé de moyens de subsistance.

Pouvez-vous avoir recours à l'aide sociale?

Oui, si vous n'avez pas de revenus ou si vos revenus sont insuffisants pour subvenir à vos besoins, des besoins reconnus, bien sûr, par l'aide sociale. De plus, la valeur de vos biens ne doit pas excéder les montants permis. Votre âge n'est pas pris en considération lors d'une demande d'aide sociale. Seuls vos revenus permettent d'établir si vous avez droit ou non à cette forme d'aide. Toutefois, le montant de votre prestation sera défini à partir de votre âge et des personnes à votre charge.

Quelles sont vos obligations?

- vous devez fournir tous les renseignements et documents requis pour l'étude de votre demande;
- vous devez aviser sans délai votre bureau local de tout changement dans votre situation pouvant affecter le montant de l'aide qui vous est accordée;
- vous devez compléter la « déclaration du bénéficiaire » jointe à votre chèque mensuel. L'oubli ou la négligence de vous soumettre à ces formalités pourrait entraîner la retenue de votre chèque d'aide sociale;
- vous devez, si vous êtes apte au travail, vous chercher un emploi.

Quel montant vous est accordé?

Le montant de vos prestations est établi à partir de vos revenus. L'aide sociale vise à combler la différence entre vos besoins ordinaires et spéciaux et vos revenus. Si vous êtes deux adultes considérés inaptes au travail, on vous accordera une prestation de 659 $ par mois. Toutefois, ces montants sont indexés trimestriellement selon l'indice des prix à la consommation établi par Statistique Canada.

Quels autres types d'aide vous accorde le programme d'aide sociale?

Outre vos prestations, le programme d'aide sociale couvre certains besoins spéciaux tels que: les médicaments, les services dentaires, les lunettes, les prothèses et orthèses qui ne sont pas payées par la Régie de l'assurance-maladie, les chaussures orthopédiques, les orthèses plantaires, etc.

Pour connaître l'ensemble du programme d'aide sociale, ce qu'il couvre et les procédures à suivre, adressez-vous au bureau local le plus près de chez vous. Le numéro de téléphone figure dans l'annuaire téléphonique dans la section « Gouvernement du Québec », sous la rubrique « Main-d'oeuvre et Sécurité du revenu — Centre Travail-Québec ».

Un agent de l'aide sociale vous informera et, s'il y a lieu, vous donnera rapidement un rendez-vous et vous indiquera les formalités à remplir.

Que faire si vous n'êtes pas d'accord avec la décision rendue?

- si vous n'êtes pas satisfait de la réponse donnée à votre demande d'aide, vous pouvez formuler une demande de révision, dans les 60 jours suivant cette réponse, à votre bureau local ou au bureau régional dont ce bureau dépend;
- si la révision ne vous satisfait pas, vous pouvez en appeler auprès de la Commission des affaires sociales, dans les 90 jours qui suivent. La décision de la Commission des affaires sociales sera alors définitive.

Les formulaires appropriés sont disponibles à votre bureau local du programme de l'aide sociale. La liste d'adresses est inscrite dans la section « Gouvernement du Québec », sous la rubrique « Main-d'oeuvre et Sécurité du revenu — Centre Travail-Québec », dans les pages bleues de votre annuaire téléphonique.

Le Régime de pension du Canada: partout sauf au Québec

Le Régime de pension du Canada s'applique partout au Canada sauf chez nous, puisqu'il existe au Québec un programme comparable: le Régime de rentes du Québec. Mais ne vous inquiètez pas! Si vous avez travaillé au Québec et dans une autre province canadienne, vous êtes protégé, puisque les prestations sont transférables.

Le Régime de pension du Canada. Pour qui est-ce?

Si vous avez travaillé dans une autre province du Canada, vous avez probablement cotisé au Régime de pension du Canada. Par ailleurs, si vous avez travaillé au Québec mais avez demandé de verser vos cotisations à ce régime plutôt qu'au Régime de rentes du Québec, vous êtes admissible.

Cependant, selon les cas, on exige un certain nombre d'années de cotisation.

De quels types de rente pouvez-vous bénéficier?

Comme dans le Régime de rentes du Québec, le Régime de pension du Canada comprend:

- une prestation de retraite;
- une prestation d'invalidité;
- une prestation de décès et de survivant.

Désirez-vous d'autres informations?

Contactez le **Programme de la Sécurité du revenu**

▶ **Santé et Bien-être social Canada**
15, rue Henderson
Québec (Québec)
G1K 7L5
Tél.: (418) 694-3332

L'allocation aux anciens combattants et l'allocation de guerre pour les civils

Ces allocations vous concernent-elles?

Si vous êtes un ancien combattant des Forces armées du Canada, du Commonwealth et des pays alliés ou un civil ayant secondé étroitement les Forces armées, vous êtes admissible à ces allocations, pourvu que votre service en temps de guerre et votre lieu de résidence soient conformes aux exigences de la loi et qu'en raison de votre âge ou d'une invalidité, vous soyez incapable de travailler et que vos revenus, selon un examen du revenu modifié, ne vous permettent pas de subvenir à vos besoins.

Comment est établi le montant de votre allocation?

Le montant de votre allocation dépend de vos revenus non exemptés, si des allocations supplémentaires vous sont versées pour des enfants à charge et si vous êtes célibataire ou marié.

Où s'adresser?

Si vous désirez obtenir d'autres renseignements et les formulaires de demande, veuillez vous adresser au bureau de district du ministère des Affaires des anciens combattants qui dessert votre localité. Voici la liste d'adresses de ces bureaux:

▶ **Gatineau**
358-B, boul. Maloney Est
Gatineau (Québec)
J8P 1E4
Tél.: (819) 663-3860

▶ **Montréal**
4545, chemin de la
Reine-Marie
Montréal (Québec)
H3W 1W4
Tél.: (514) 344-4494

▶ **Québec**
Place Laurier
Tour de Champlain
Bureau 6010, 6e étage
2700, boul. Laurier
Sainte-Foy (Québec)
G1V 4K5
Tél.: (418) 694-3674

▶ **Sherbrooke**
31, rue King Ouest
Bureau 411
Sherbrooke (Québec)
J1H 1N5
Tél.: (819) 565-4783

▶ **Ministère des Affaires des anciens combattants**
C.P. 7700
Charlottetown
(Île-du-Prince-Édouard)
C1A 8M9

▶ **Ministère des Affaires des anciens combattants**
284, rue Wellington
Ottawa (Ontario)
K1A 0P4

Les régimes de retraite privés: vos épargnes d'hier ont porté fruit

Il y a 10 ou 20 ans, lorsque vous avez décidé d'investir dans un régime de retraite, vous vouliez vous assurer un revenu pour l'avenir. Mais une fois venue cette divine période de la retraite, que faites-vous avec cet argent? Vous le retirez? Vous le faites fructifier?

Magasinez auprès des assureurs-vie et des compagnies de fiducie pour profiter au maximum de cette épargne si durement accumulée.

Contactez le Bureau des assurances du Québec ou le Bureau d'assurance du Canada pour obtenir des conseils.

▶ **Bureau des assureurs du Canada**
1001, boul. De Maisonneuve Ouest, Bureau 650
Montréal (Québec)
H3A 3C8
Tél. : (514) 288-6015
Composez sans frais le 1-800-361-5131

▶ **Bureau des assurances du Québec**
Ministère des Institutions financières
800, place d'Youville
Québec (Québec)
G1R 4Y5
Tél. : (418) 643-5786

N'oubliez pas les autres sources de revenu

À titre de source de revenu, vous avez, certes, les prestations des gouvernements. Pour certains d'entre vous, « revenu » signifie aussi :

- action de compagnie ;
- certificat de dépôt à terme ;
- compte d'épargne ;
- gain en capital lors de la vente d'une propriété ;
- obligation d'épargne ;
- régime d'épargne-actions ;
- régime enregistré d'épargne-retraite ;
- revenu de location ;
- revenu de placements ;
- et bien d'autres encore.

Toutefois, soyez aux aguets, car ces revenus ont des répercussions sur votre budget :

- ils sont imposables, ne l'oubliez pas, car le fisc se chargera de vous le rappeler en temps et lieu ;

- dans le cas des régimes de pension où l'ensemble de vos revenus est considéré, ils peuvent modifier vos prestations; par exemple, les suppléments de revenu garanti des deux ordres de gouvernement.

Puisque chaque cas est particulier, il est préférable de communiquer avec les organismes qui offrent les régimes de retraite pour connaître l'influence de ces « petits détails »;

ou

Revenu Québec à:

▶ **Montréal:**
Direction des renseignements
3, complexe Desjardins
C.P. 3000
Succursale Desjardins
Montréal (Québec)
H5B 1A4
Tél.: (514) 873-2611

▶ **Québec:**
Direction des renseignements
3800, rue Marly
Sainte-Foy (Québec)
G1X 4A5
Tél.: (418) 659-6500

▶ **Sans frais:**
Les contribuables qui, au Québec, doivent utiliser l'interurbain pour communiquer avec le bureau de Revenu Québec peuvent le faire sans frais. Ils n'ont qu'à faire le « 0 » et demander le Zénith Revenu Québec.

Revenu Canada à:

▶ **Montréal:**
305, boul. Dorchester Ouest
Montréal (Québec)
H2Z 1A6
Tél.: 283-5300

▶ **Québec:**
165, de la Pointe-aux-Lièvres Sud
Québec (Québec)
G1K 7L3
Tél.: (418) 694-3180
Sans frais: 1-800-463-4421

▶ **Sans frais pour le reste de la province:**
Les contribuables qui, au Québec, doivent utiliser l'interurbain pour communiquer avec le bureau de Revenu Canada peuvent le faire sans frais. Ils n'ont qu'à faire le « 0 » et demander le Zénith 0-4000

▶ **Bureau des assureurs du Canada** (BAC)
1001, boul. De Maisonneuve Ouest
Bureau 650
Montréal (Québec)
H3A 3C8
Tél.: (514) 288-6015
Composez sans frais le 1-800-361-5131

▶ **Association canadienne des compagnies d'assurances de personnes inc.** (ACCAP)
1001, boul. De Maisonneuve Ouest
Bureau 1230
Montréal (Québec)
H3A 3C8
Tél.: (514) 845-6173
Composez sans frais le 1-800-361-8070

▶ **Ordre des comptables agréés du Québec**
680, rue Sherbrooke Ouest
7e étage
Montréal (Québec)
H3A 2S3
Tél.: (514) 288-3256

Vous êtes privilégié...

Votre âge vous permet de bénéficier de nombreux avantages, notamment dans les institutions bancaires. La plupart d'entre elles ont prévu une foule de petites attentions qui peuvent vous faire économiser de l'argent ou faire fructifier vos épargnes.

Peu importe votre revenu, on a pensé à vous:

- compte d'épargne avec taux d'intérêts plus élevés;
- une réduction dans la location d'un coffret de sûreté;
- aucun frais pour l'administration des chèques personnels;
- réduction des frais pour les chèques de voyage;
- aucuns frais supplémentaires sur le paiement des comptes publics.

Informez-vous! C'est à votre avantage. Votre gérant de banque, votre courtier en fiducie, votre notaire, votre comptable se feront un plaisir de vous renseigner.

« Mort aux taxes? »

Oui, mais seulement dans des cas très précis.

- saviez-vous que si vous achetez des biens destinés à corriger une déficience physique, vous êtes exempté de la taxe de vente?
- saviez-vous que si vous faites l'acquisition d'un véhicule automobile aménagé pour une personne handicapée, on supprime la taxe de vente?

Pour en savoir davantage, communiquez avec:

▶ **Revenu Québec — Taxes**
3800, rue Marly
Sainte-Foy (Québec)
G1X 4A5
Tél.: (418) 644-6500
Sans frais à ZÉNITH REVENU QUÉBEC

Les régimes de retraite privés

Fonds de pension avec employeur

Vous souvenez-vous du fonds de pension auquel vous aviez cotisé chez tel ou tel employeur? Savez-vous au moins à combien se montent vos cotisations?

Il est de votre droit de connaître ces renseignements, car il s'agit de votre argent. Lorsque vous étiez au service de cet employeur, il devait vous fournir automatiquement, sans que vous en fassiez la demande, un relevé de vos gains au moins tous les trois ans et lors d'évènements particuliers, soit en cas d'invalidité, de cessation de participation, de décès, etc. Mais il est de votre droit, même si vous n'êtes plus en fonction, de demander un relevé de vos cotisations. Vous devez faire une demande écrite en précisant les documents dont vous voulez prendre connaissance. L'administra-

teur de votre régime doit y donner suite dans les 30 jours suivant sa réception. Par contre, si votre demande survient pendant la période où l'administrateur doit fournir le relevé triennal de tous ses employés, il peut attendre la fin de cette période.

Quels documents vous fera-t-on parvenir?

Il s'agit de documents qui concernent l'administration et la situation financière de votre régime dans son ensemble:

- les dispositions de votre régime et toutes les modifications qui y ont été apportées, les avantages auxquels vous avez droit et les conditions pour les obtenir;
- les deux derniers « Certificats de coût et relevés d'extraits de l'évaluation actuarielle » ou, en l'absence de ceux-ci, les deux dernières « Évaluations actuarielles ». Ces rapports portent sur la situation et les engagements financiers de votre régime;
- les deux dernières « Déclarations annuelles de renseignements » dans lesquelles l'administrateur du régime atteste que toutes les contributions requises pour un exercice financier ont bien été versées. Il y indique aussi le montant de ces contributions et y certifie que le régime a été administré conformément à la loi;
- si votre régime n'est pas assuré, c'est-à-dire si les rentes ne sont pas souscrites sous forme de contrat collectif de rentes auprès d'une compagnie d'assurance, on vous enverra les deux derniers états financiers certifiés par un comptable agréé;
- la correspondance échangée entre la Régie des rentes du Québec et l'administrateur du régime au cours des deux années précédant votre demande.

À noter cependant que vous ne pouvez demander ces documents qu'une seule fois par période de douze mois.

Pour plus d'information, veuillez vous adresser au:

▶ **Service des régimes supplémentaires de rentes**
Régie des rentes du Québec
Case postale 5200
Québec (Québec)
G1V 3V9
Tél. : (418) 643-8280

Si vous quittez votre emploi ou si vous êtes âgé de 65 ans, êtes-vous contraint de retirer votre fonds de pension ?

Non, vous pouvez laisser fructifier votre petit magot jusqu'à l'âge de 71 ans, ce qui vous permettra d'obtenir, au moment opportun, une rente plus intéressante. Vous pouvez exiger le versement de votre pension lorsque bon vous semble entre 65 et 71 ans.

Existe-t-il d'autres recours pour abriter fiscalement cet argent ?

Transférer cet argent dans un régime enregistré d'épargne-retraite (R.E.E.R.) peut constituer une solution si vous n'en avez pas besoin à cette période précise. Cette option est permise jusqu'à l'âge de 71 ans et vous évitera l'imposition de ce montant. Lorsqu'à 71 ans vous retirerez votre capital, le taux d'imposition sera moindre puisque vos revenus auront diminué. La même règle s'applique aux pensions de Sécurité de la vieillesse du Canada et aux rentes du Québec.

Quel type de rente devez-vous choisir ?

Une rente « sur mesure », adaptée à vos besoins. Il existe cinq types de rente dont voici les caractéristiques principales :

1) Une rente viagère

Cette rente est versée mensuellement ou annuellement durant toute votre vie. Les versements cessent à votre décès. Cette forme de rente vous permet d'obtenir le plus fort revenu par dollar de prime que vous avez payé. C'est la modalité de service qui vous conviendra le mieux si vous n'avez pas de personnes à charge ou si vous avez pourvu à vos besoins grâce à une assurance-vie.

2) Une rente viagère comportant une période garantie

Ce type de rente vous assure un rente durant toute votre vie, mais elle garantit, de plus, un revenu de rente à votre bénéficiaire, si vous mourez avant une certaine date, soit 5, 10 ou 15 ans après qu'on ait commencé à vous la verser. Plus cette période sera longue, moins ces paiements seront élevés. Ainsi, si vous commencez à percevoir votre rente à 60 ans et que vous disparaissez à 75 ans, cet arrangement en viager permettra à votre bénéficiaire de recevoir une rente jusqu'à la fin de la période garantie.

3) Une rente viagère à remboursement par versements

Cette rente prévoit que, si vous mourez avant d'avoir reçu le même montant en capital que les sommes que vous avez versées pour le constituer, votre bénéficiaire continuera de recevoir votre revenu de retraite jusqu'à ce que le total des versements ait atteint l'équivalent dudit capital.

4) Une rente viagère à remboursement comptant

Celle-ci offre la même garantie que la rente viagère à remboursement par garantie, sauf que votre bénéficiaire recevra, à votre décès, la somme due en un seul paiement.

5) Une rente réversible

Cette dernière permet à votre conjoint de recevoir une rente durant toute sa vie après votre décès.

Le régime enregistré d'épargne-retraite (R.E.E.R.) : un bas de laine à l'ancienne... servi à la moderne

À l'âge de 60 ans, pouvez-vous continuer à contribuer à votre régime enregistré d'épargne-retraite ?

Certainement, si vous avez des revenus suffisants, vous pouvez contribuer à votre régime jusqu'à la fin de l'année où vous atteindrez l'âge de 71 ans. C'est aussi l'âge limite pour acquérir un régime enregistré d'épargne-retraite.

Devez-vous limiter vos contributions?

Oui et peu importe votre âge, cela fait partie des règles du jeu. Vous pouvez verser une contribution équivalente à 20 % de votre revenu gagné jusqu'à concurrence de 5 500 $ si vous ne participez plus au régime de retraite de votre employeur ou si vous êtes un travailleur autonome. Si vous collaborez toujours au régime de retraite de votre employeur, votre limite est de 3 500 $ ou 20 % de votre revenu gagné moins vos contributions déductibles au régime de votre employeur. Cette dernière limite s'applique également si vous participez à un régime de participation différée aux bénéficiaires (R.P.D.B.). Une petite précision très importante: si vous contractez un emprunt pour contribuer à votre régime enregistré d'épargne-retraite, les frais d'intérêts ne sont pas déductibles d'impôt.

De plus, si vous êtes agriculteur, des modifications apportées à la *Loi sur les impôts* (L.R.Q., c. I-3) vous permettent de verser dans votre R.E.E.R. jusqu'à 120 000 $ de gains en capital imposables provenant de la vente de votre ferme. Le montant admissible est de 10 000 $ par année d'exploitation de l'agriculture de 1972 à 1983.

Si vous recevez des prestations d'une rente, que ce soit le Régime de rentes du Québec, le Régime de pension du Canada, la pension de la Sécurité de la vieillesse ou autres, ces revenus sont transférables totalement dans votre régime enregistré d'épargne-retraite (R.E.E.R.), sans la limite du 20 %.

Quelles sont les options qui s'offrent à vous lorsque sonne l'heure de la retraite?

En premier lieu, sachez que vous pouvez mettre fin à votre régime enregistré d'épargne-retraite n'importe quand entre votre 60e et 71e anniversaire. À ce dernier anniversaire, vous devez y mettre fin obligatoirement.

Choisissez ce qui vous convient le mieux entre:

- retirer d'un seul coup les fonds accumulés dans votre régime. Toutefois, rappelez-vous que toutes ces sommes sont imposables... Gare au fisc;
- acheter une rente viagère (jusqu'à votre décès) auprès d'une institution financière autorisée. Il s'agit d'un contrat de rente pouvant s'étaler sur une période minimale garantie. Toutefois, celle-ci ne doit pas être supérieure au nombre d'années comprises entre votre âge actuel et 90 ans. Par exemple, si vous avez 71 ans lorsque vous achetez votre rente, cette période peut être de 19 ans;
- constituer une rente à terme auprès d'une compagnie d'assurance-vie, d'une société de fiducie ou des divers autres organismes offrant un régime enregistré d'épargne-retraite. Ce contrat de rente peut comporter une clause de réversion en faveur de votre conjoint survivant. La rente s'étale jusqu'à ce que vous atteigniez 90 ans, ou jusqu'à ce que votre conjoint atteigne cet âge;
- acheter un fonds enregistré de revenu de retraite (F.E.R.R.) auprès d'une compagnie de fiducie, d'une compagnie d'assurance-vie ou d'une coopérative d'épargne et de crédit. Les dispositions qui régissent ce régime sont identiques à celles régissant les régimes enregistrés d'épargne-retraite. Les prestations offertes au fonds enregistré de revenu de retraite augmentent au fil des années et constituent un rempart intéressant contre l'inflation.

Est-ce que les fonds de votre régime de retraite peuvent être légués à votre décès?

Certainement, il s'agit de votre argent. Mais prenez vos précautions, car ce bel héritage peut enrichir le trésor de la province. Il ne faut jamais oublier que les sommes accumulées dans un régime enregistré d'épargne-retraite sont imposables dès qu'on les retire. Si vous léguez cette épargne à votre conjoint, conseillez-lui fortement de la verser automa-

tiquement dans son propre régime d'épargne-retraite personnel, sinon l'impôt effectuera une visite de courtoisie chez elle.

Si toutes ces questions d'argent vous semblent compliquées et que vous avez d'autres questions, communiquez:

- avec l'un des bureaux de **Revenu Québec** pour les renseignements concernant la fiscalité:

▶ **Hull**
17, rue Laurier
Hull (Québec)
J8X 4C1
Tél.: (819) 770-1768

▶ **Jonquière**
3950, boul. Harvey
Jonquière (Québec)
G7X 8L6
Tél.: (418) 542-3523

▶ **Montréal**
3, complexe Desjardins
C.P. 3000
Succursale Desjardins
Montréal (Québec)
H5B 1A4
Tél.: (514) 873-2611

▶ **Québec**
3800 rue Marly
Sainte-Foy (Québec)
G1X 4A5
Tél.: (418) 659-6500

▶ **Rimouski**
337, rue Moreault
Centre administratif
Rimouski (Québec)
G5L 1P3
Tél.: (418) 722-3572

▶ **Sept-Îles**
456, rue Arnaud
Bureau 102
Sept-Îles (Québec)
G4R 3B1
Tél.: (418) 968-0203

▶ **Rouyn**
180, boul. Rideau
Bureau 330
Rouyn (Québec)
J9X 1N9
Tél.: (819) 764-6761

▶ **Sherbrooke**
112, rue Wellington Sud
Sherbrooke (Québec)
J1H 5C7
Tél.: (819) 563-3034

▶ **Trois-Rivières**
225, rue Des Forges
Bureau 207
Trois-Rivières (Québec)
G9A 2G7
Tél.: (819) 379-5360

Les contribuables qui, au Québec, doivent utiliser l'interurbain pour communiquer avec le bureau le plus près, sauf celui de Toronto, peuvent le faire sans frais. Faites le « 0 » et demandez le ZÉNITH REVENU QUÉBEC. Ces appels ne peuvent pas être transférés.

ou

- avec **Revenu Canada**:

▶ **Montréal**
305, boul. Dorchester Ouest
Montréal (Québec)
H2Z 1A6

Pour de l'information sur les remboursements	(514) 283-4714
Pour des demandes de formules	(514) 283-5623
Renseignements généraux	(514) 283-5300

Interurbain, demandez Zénith 0-4000

▶ **Québec**
165, rue Dorchester Sud
Québec (Québec)
G1K 7L3

Pour de l'information sur les remboursements	(418) 694-4931
Pour des demandes de formules	(418) 694-4083
Renseignements généraux	(418) 694-3180

Interurbain, demandez Zénith 0-4000

▶ **Rouyn**
11, rue du Terminus Est
Rouyn (Québec)
J9X 3B5
Tél.: (819) 764-5171
Interurbain, demandez Zénith 0-4000

▶ **Sherbrooke**
50, rue Couture
Sherbrooke (Québec)
J1H 5L8

Pour de l'information sur les remboursements	(819) 565-4989
Pour des demandes de formules	(819) 565-4870
Renseignements généraux	(819) 565-4888

Appels interurbains:

Information sur les remboursements	1-800-567-6186
Interurbain, composez	1-800-567-6184

Bureaux régionaux

▶ **Chicoutimi**
55, rue Racine Est
Chicoutimi (Québec)
G7H 1P9
Tél.: (418) 545-1912

▶ **Rimouski**
411, rue Sirois
Rimouski (Québec)
G5L 8B2
Tél.: (418) 722-3113

▶ **Trois-Rivières**
1055, boul. des Forges
Trois-Rivières (Québec)
J8Z 4J8
Tél.: (819) 373-2723

Appels interurbains pour les bureaux régionaux et Québec:

de l'indicatif 418 —

Information sur les remboursements	1-800-463-4473
Renseignements généraux	1-800-463-4421

des indicatifs régionaux 514 et 819 —

Information sur les remboursements	1-800-463-4629
Renseignements généraux	1-800-463-4413

ou avec:

▶ **Association canadienne des compagnies d'assurances de personnes** (ACCAP) **Inc.**
1001, boul. De Maisonneuve Ouest
Bureau 1230
Montréal (Québec)
H3A 3C8
Tél.: (514) 845-6173
Sans frais, partout au Canada: 1-800-361-8070

ou avec:

▶ **Bureau d'assurance du Canada** (BAC)
1001, boul. De Maisonneuve Ouest
Bureau 650
Montréal (Québec)
H3A 3C8
Tél.: (514) 288-6015
Faites sans frais, le 1-800-361-5131

ou avec votre assureur-vie.

En résumé: si vous désirez augmenter vos revenus à la retraite...

Voici quelques conseils:

- révisez vos besoins d'assurance et de sécurité de toute nature:
  - — modifiez votre police d'assurance feu-vol en incluant la clause de « valeur à neuf » sur les biens meubles;
  - — protégez vos biens et valeurs en souscrivant à une assurance-voyage temporaire en cas de maladie-accident lors de voyages en dehors du pays;
  - — révisez vos polices d'assurance-vie pour vérifier si elles correspondent encore à vos besoins (police acquittée, valeur de rachat);

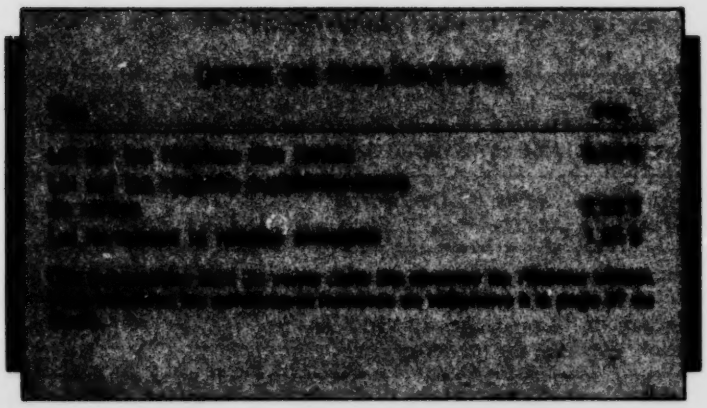
- remboursez en priorité vos prêts hypothécaires à taux d'intérêts élevés une fois que vous aurez atteint le niveau annuel de 1 000 $ de revenus de placements servant de déductions admissibles sur vos déclarations d'impôts;

- réduisez et reportez les paiements de votre impôt par le biais d'achats d'abris fiscaux: R.E.E.R., R.E.E.L., R.E.A.Q.;

- étudiez et évaluez dès maintenant l'éventualité où vous devrez vendre votre maison, des biens immeubles, ainsi que les répercussions sur la situation de vos revenus, votre nouveau style de vie et les conséquences financières et fiscales de ces ventes;

- analysez et considérez sous tous ses aspects l'achat d'une autre habitation plus petite, ou autre genre de résidence principale;

- favorisez la formation financière et fiscale de votre conjoint et de vous-même en tenant compte que votre salaire disparaîtra à la retraite, des occassions présentes d'augmenter vos revenus de placement, de l'existence des abris fiscaux et autres dispositions législatives favorisant les exemptions et déductions d'impôt sur le revenu, surtout au moment de la retraite.



Le budget :

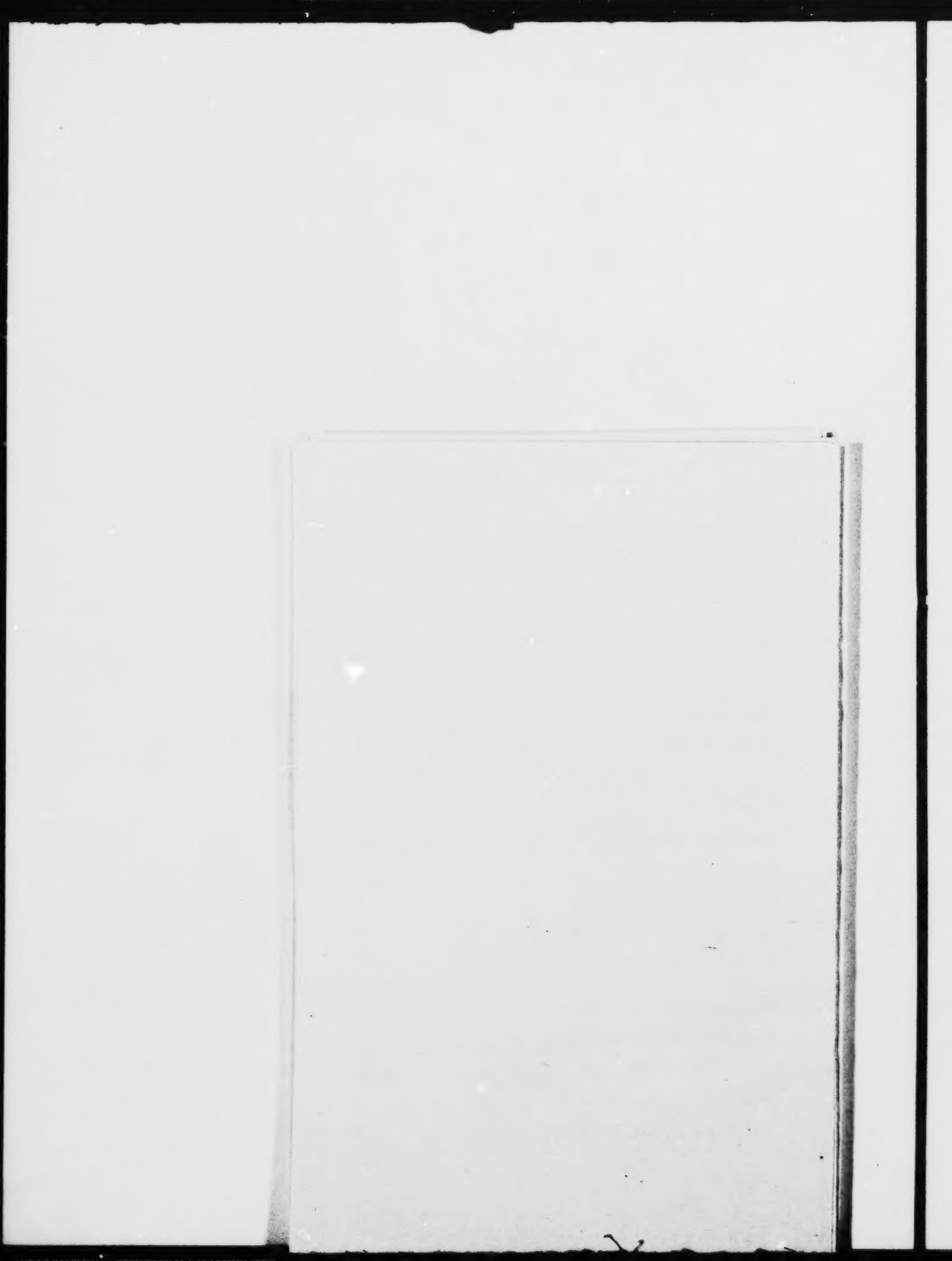
Prévoir, voir les choses avant qu'elles n'arrivent, voilà la raison d'être d'un budget.

Faites un bilan de vos revenus mensuels

Pension de la Sécurité de la vieillesse	$
Régime des rentes du Québec ou Pension du Canada	$
Assurance-vie (si elle procure une rente)	$
Pension de l'employeur, du syndicat ou de la caisse de retraite	$
Rentes personnelles	$
Comptes d'épargne	$
Comptes de chèques	$
Actions, obligations, fonds mutuels	$
Hypothèques à recevoir	$
Comptes à recevoir	$
Autres revenus	$
Total de vos revenus mensuels	$

Faites un bilan de vos dépenses mensuelles

Loyer ou remboursement de l'hypothèque	$
Autres dépenses de la maison (taxes, assurances, réparations, etc.)	$
Électricité, eau, gaz, mazout, chauffage, téléphone	$
Assurance-vie	$
Assurance-maladie	$
Autres assurances (feu, vol, auto, voyages, etc.)	$
Cotisations	$
Impôts sur le revenu	$
Taxes foncières et locales	$
Nourriture	$
Vêtements	$
Diverses dépenses ménagères (buanderie, nettoyage, etc.)	$
Journaux, revues, loisirs, sorties	$
Transport et frais de travail, s'il y a lieu	$
Médicaments, dentistes, optométristes	$
Divers (loisirs, coiffeur, journaux, cadeaux, etc.)	$
Total de vos dépenses mensuelles	$



CHAPITRE

6

Vos impôts

À la retraite, n'oubliez pas vos impôts **206**
Avantageux en quoi? 206
Imposable ou pas, voilà la question... 208
Comment réduire ou reporter votre impôt? **212**
Ce qu'il faut savoir au sujet de l'étalement du revenu 213
Ce qu'il faut savoir au sujet du report d'impôt dans un régime enregistré d'épargne-retraite (R.E.E.R.) 214
Ce qu'il faut savoir au sujet des déductions et des exemptions d'impôts 215
Ce qu'il faut savoir au sujet du régime enregistré d'épargne-logement (R.E.E.L.) 218
Ce qu'il faut savoir au sujet du régime d'épargne-actions (R.E.A.) 218
Ce qu'il faut savoir au sujet du remboursement d'impôt foncier 219
L'impôt à la retraite: des changements s'imposent **221**
Comment calculer les acomptes à payer? 222
Vous avez surestimé ou sous-estimé vos paiements 222
Cette situation vous embête? 223
Les pays chauds à la retraite, pourquoi pas! 223
Votre départ entraîne des gains ou des pertes en capital 224
Une collection de timbres ou une aquarelle pourrait réduire votre impôt **224**
Comment donner un bien? 224
Les autres types de dons que M. Bellefeuille peut choisir 225
Et votre héritage, qu'est-ce qu'il en advient? 226

En résumé : la planification fiscale en vue de la retraite 227

Pour répondre à vos questions sur... 229

L'impôt provincial 229

L'impôt fédéral 230

Vous avez besoin d'aide pour produire votre déclaration de revenus ? Oui, on peut vous aider 233

Services bénévoles 233

Autres services 234

Vous êtes en désaccord avec l'impôt ? 234

Vous avez des recours 234

Documents ou brochures de référence de Revenu Québec et Revenu Canada expliquant tout le méli-mélo de l'impôt 237

À la retraite, n'oubliez pas vos impôts

À sa retraite depuis maintenant un an, Mme Beloeil perçoit ses revenus des rentes gouvernementales. Ainsi, au mois de décembre dernier, elle fut très surprise de recevoir, par le courrier, une enveloppe du ministère du Revenu contenant tous les formulaires nécessaires pour produire une déclaration de revenus. Mme Beloeil ne possède ni fonds de pension ni autres revenus substantiels. Alors pourquoi préparer une déclaration de revenus?

Il s'agit d'une simple question de formalité; l'impôt préfère recevoir de vos nouvelles même si vos revenus sont faibles. Aucune loi ne vous y oblige, mais il demeure avantageux de le faire.

Avantageux en quoi?

Si vous voulez recevoir votre remboursement d'impôt foncier

Lorsque vous payez votre loyer, une partie de ce montant couvre les taxes foncières de la bâtisse que vous habitez. Naturellement, vous ne payez que pour la surface que vous occupez. La loi prévoit un remboursement d'impôt foncier qui peut représenter un montant maximum de 400 $ par année.

Si vous voulez bénéficier du programme Logirente

Pour être admissible à ce programme d'allocation-logement du gouvernement du Québec, vous devez être âgé de 60 ans et plus, et le coût de votre logement doit représenter plus de 30 % de votre revenu annuel.

Pour connaître votre revenu annuel, vous devez produire une déclaration de revenus qui, de plus, sert de pièce justificative lors de votre demande au programme Logirente.

Pour de plus amples renseignements ou pour obtenir le formulaire « Logirente, » communiquez avec :

Revenu Québec :

▶ **Montréal :**
3, complexe Desjardins
C.P. 3000
Succursale Desjardins
Montréal (Québec)
H5B 1A4
Tél. : (514) 873-2611

▶ **Québec :**
Logirente
Revenu Québec
3800, rue Marly
Sainte-Foy (Québec)
G1X 4A5
Tél. : (418) 659-6500

Si vous devez utiliser l'interurbain, vous pouvez le faire sans frais. Composez le « 0 » (zéro) et demandez ZÉNITH REVENU-QUÉBEC,

ou

contactez le bureau de *Communication-Québec* de votre district, dont vous trouverez la liste à l'annexe I du *Guide*.

Imposable ou pas, voilà la question...

Certains de vos revenus sont imposables, d'autres pas. Et si, durant toutes vos années de travail, vous avez amassé un petit magot, il existe des mesures fiscales pour le protéger. Imposable ou pas, ce tableau vous le dira.

Ce qu'il faut savoir avant de produire un rapport d'impôt.

Types de revenu	Imposable	Exemptions		Documents requis	Transfert dans un R.E.E.R.
		provinciales	fédérales		
Exemptions personnelles de base	non	5 280 $	3 960 $	T1 et TP1	ne s'applique pas
conjoint		3 960 $	3 470 $		
Exemptions en raison de l'âge (65 ans)	non	2 200 $	2 478 $	T1 et TP1	ne s'applique pas
conjoint		2 200 $	3 960 $		
Enfants de plus de 16 ans	non	810 $	745 $	T1 et TP1	ne s'applique pas
Enfants de plus de 18 ans	non	1 320 $	1 366 $	T1 et TP1	ne s'applique pas
Exemptions pour les personnes aveugles ou handicapées	non	2 200 $	2 220 $	T1 et TP1 TPL-22 CM au provincial, 72201 au fédéral	ne s'applique pas
(A) Pensions					
Sécurité de la vieillesse	oui	2 100 $	2 160 $	TP4A (OAS) au provincial T4A (P) au fédéral	oui
Supplément de revenu garanti	non	aucune	aucune	TP4A (OAS) au provincial et T4OAS au fédéral	non

Ce qu'il faut savoir avant de produire un rapport d'impôt.

(A) Pensions (suite)

Types de revenu	Imposable	Exemptions provinciales	Exemptions fédérales	Documents requis	Transfert dans un R.E.E.R.
Allocation au conjoint	non	aucune	aucune	TP4A (OAS) au provincial et T4OAS au fédéral	non
Rente de retraite (R.R.Q.)	oui	aucune	aucune	Relevé 2 au provincial T4AP au fédéral	oui
Prestation de retraite (C.A.R.R.) et (F.E.R.R.)	oui	1 000 $	1 000 $	Relevé 2 au provincial T4RIF au fédéral	oui
Logirente (60 ans)	non	aucune	aucune	TP165 au provincial	non
Prestation d'épargne-retraite (R.E.E.R.)	oui	65 ans 1 000 $	65 ans 1 000 $	T4RSP au provincial et T4RSP au fédéral	non
Régime d'épargne-logement (R.E.E.L.)	oui	libre d'impôt pour les contributions effectuées avant 82/12/31	10 000 $ maximum	T4HOSP au fédéral	oui
Assurance-chômage	oui	aucune	aucune	TP4U au provincial et T4U au fédéral	non
Aide sociale	non	aucune	aucune	Pas tenu de le déclarer Relevé 5 au provincial dans certains cas.	non

Ce qu'il faut savoir avant de produire un rapport d'impôt

(B) Placements et autres revenus

Types de revenu	Impo-sable	Exemptions		Documents requis	Transfert dans un R.E.E.R.
		provin-ciales	fédé-rales		
Intérêts, dividendes	oui	1 000 $ incluant les gains de capital	1 000 $ incluant les gains de capital	Pour les dividendes, la formule T5 au provincial et au fédéral. Pour les intérêts, le Relevé 3 au provincial et au fédéral. Pour les obligations d'épargne, la formule T600 pour le provincial et le fédéral.	non
Salaire de vacances	oui	3 %, maximum 500 $	3 %, maximum 500 $	T4 et TP4	non au provincial et non au fédéral
Remboursement des congés de maladie au départ	oui	aucune	aucune	T4 et TP4	oui au provincial, voir article 60.l de la *Loi sur les impôts*
Location d'immeuble	oui	oui	oui	Déclaration de revenus détaillée et annexes requises	non
Crédit d'impôt foncier	non	aucuné	aucune	Déclaration de revenus détaillée et annexes requises	non

Ce qu'il faut savoir avant de produire un rapport d'impôt.

(B) Placements et autres revenus (suite)

Types de revenu	Impo-sable	Exemptions		Documents requis	Transfert dans un R.E.E.R.
		provin-ciales	fédé-rales		
Gains de capital	oui	50 %	50 %	TPD 111 et TD 111 Déclaration de revenus détaillée et annexes requises	non
Régime d'épargne-actions (R.E.A.)	oui	oui	aucune	Déclaration de revenus détaillée et annexes requises	oui au provincial (article 60J)
Subvention d'un programme d'isolation thermique ou énergétique	oui	aucune	aucune	T4-CHIP et T4-NEP. Déclaration de revenus détaillée et annexes requises	non
Revenus d'entreprise ou professionnels (artisan)	oui	oui	oui	Déclaration de revenus détaillée et annexes requises. Fournir les états financiers.	non
Revenu d'agriculture	oui	oui	oui	Déclaration de revenus détaillée et annexes requises. Fournir les états financiers.	non
Pêcheurs	oui	oui	oui	Déclaration de revenus détaillée et annexes requises. Fournir les états financiers.	non

Ce qu'il faut savoir avant de produire un rapport d'impôt.

(B) Placements et autres revenus (suite)

Types de revenu	Imposable	Exemptions provinciales	Exemptions fédérales	Documents requis	Transfert dans un R.E.E.R.
Chauffeurs de taxi	oui	oui	oui	Déclaration de revenus détaillée et annexes requises. Fournir les états financiers.	non
Dons en nature (argent, titres, oeuvres d'art)	oui au provincial seulement	5 000 $ par personne par année jusqu'à 25 000 $ au maximum.	aucun impôt	TP-930 si plus de 25 000 $ au provincial.	non

Comment réduire ou reporter votre impôt?

Il n'est jamais trop tard pour bien faire. Cette année M. Bellefeuille a décidé, à 63 ans, de prendre sa retraite et de profiter pleinement de la vie.

Mais la retraite n'existe pas pour les questions fiscales, et M. Bellefeuille doit prendre certaines précautions. Sa retraite lui permettra de toucher divers revenus qui alourdiront ses charges fiscales. La prudence est de mise...

Il existe des solutions:

- l'étalement de ses revenus sur les années suivantes;
- le report de l'impôt par le biais d'un régime enregistré d'épargne-retraite (R.E.E.R.);

- certaines déductions et exemptions pouvant être transférées entre conjoints;
- le régime enregistré d'épargne-logement;
- le régime d'épargne-actions;
- le remboursement d'impôt foncier.

Ce qu'il faut savoir au sujet de l'étalement du revenu

Ce système consiste à étaler les revenus sur les années suivantes à condition que le revenu net total de cette année dépasse d'au moins 1 000 $ le « revenu net moyen rajusté » des trois dernières années. Ainsi le revenu net de M. Bellefeuille pour 1983 se chiffrait à 25 000 $; par contre, en 1980, il était de 22 000 $, et de 24 000 $ en 1981 et 1982.

Donc	1980	22 000 $
	1981	24 000 $
	1982	24 000 $
		70 000 $ ÷ 3 = 23 000 $

Le revenu net total de 1983 soit 25 000 $, est supérieur de 2 000 $ au revenu net moyen des trois dernières années. M. Bellefeuille pourra déduire 2 000 $ de son revenu imposable en 1983, et ce montant sera imposé, de 33⅓ % au provincial et de 34 % au fédéral. Ainsi, ce 2 000 $ sera reporté jusqu'au moment où M. Bellefeuille choisira de faire des retraits. Tous les ans, un facteur d'indexation, fondé sur les changements dans l'Indice des prix à la consommation, sera appliqué sur ce montant pour en maintenir la pleine valeur. Dans quelques années, les revenus de M. Bellefeuille seront moindres, puisqu'il est à la retraite. Il pourra ainsi inclure une partie ou la totalité de ce montant à son revenu annuel pour qu'il soit imposé au taux applicable de l'année en cours. M. Bellefeuille pourra demander un crédit d'impôt

égal au taux provincial de 33⅓ % et au taux fédéral de 34 %. Ce crédit, en plus de tous les autres crédits d'impôt auxquels il aura droit cette année là, sera porté à son compte d'impôt à payer de l'année, et tout excédent lui sera remboursé. À noter qu'il faut se procurer la formule T540 faisant état du choix d'étaler la totalité ou une partie de ses revenus admissibles. Pour que le choix de se prévaloir de l'étalement ne soit pas révoqué, tout solde dû doit être acquitté le 30 avril de l'année suivant l'année d'imposition; c'est à dire que si le choix d'étaler est demandé en 1984, le solde doit être acquitté le 30 avril 1985.

Ce qu'il faut savoir au sujet du report d'impôt dans un régime enregistré d'épargne-retraite (R.E.E.R.)

M. Bellefeuille peut reporter le paiement de son impôt dans son régime enregistré d'épargne-retraite. Ce montant demeure non imposable jusqu'à son retrait, soit au plus tard lorsqu'il sera âgé de 71 ans. À cette date, il devra transformer son régime en rente. Cette rente sera imposable, mais puisque les revenus de M. Bellefeuille seront moins élevés, il ne paiera pas d'impôt, ou très peu.

Toutes les modalités concernant les montants à débourser et autres sont expliquées dans le chapitre « Questions d'argent. »

Ce qu'il faut savoir au sujet des déductions et des exemptions d'impôts

Types d'exemptions	Revenus admissibles	Le montant de l'exemption	Notes particulières
Exemption personnelle de base		provinciale: • 5 280 $ • conjoint: 3 960 $ fédérale: • 3 690 $ • conjoint: 3 470 $	
Exemption personnelle en raison de l'âge		provinciale: • 2 200 $ • conjoint: 2 200 $ fédérale: • 2 478 $ • conjoint: 3 960 $	Vous devez être âgé de 65 ans et plus.
Exemption relative à une personne alitée ou aveugle ou utilisant un fauteuil roulant		provinciale: 2 200 $ fédérale: 2 220 $	Cette déduction peut être transférée du conjoint, d'un enfant, d'un petit-enfant ou de certaines autres personnes à charge si cette personne ne déduit qu'une fraction du montant.
Déduction relative au revenu de pensions	• les paiements de rentes reçus d'un régime de pensions à titre de rente viagère; • les paiements de rente d'un régime enregistré d'épargne-retraite (R.E.E.R.); • les paiements d'un fonds enregistré de revenu de retraite;	• les premiers 1 000 $ du revenu de pensions que vous touchez.	Vous devez être âgé de 65 ans et plus.

Ce qu'il faut savoir au sujet des déductions et des exemptions d'impôts (suite)

Types d'exemptions	Revenus admissibles	Le montant de l'exemption conjoint	Notes particulières
Déduction relative au revenu de pensions (suite)	• les paiements de rente d'un régime de participation différée aux bénéfices; • la fraction imposable d'autres rentes (vous pouvez déclarer la fraction imposable à titre d'intérêt et demander la déduction pour intérêts, dividendes et gains en capital si cela est plus avantageux).		
Déduction pour intérêts, dividendes et gains en capital	• intérêts d'obligations d'épargne du Canada; • certificats de dépôts bancaires; • la partie revenu d'une rente; • les dividendes imposables admissibles de corporations canadiennes imposables; • gain en capital imposable résultant de la disposition de titres canadiens.	Jusqu'à concurrence de 1 000 $.	Si vous avez 65 ans et plus vous pouvez utiliser la partie imposable d'une rente de source canadienne soit pour demander cette déduction soit pour demander la déduction relative au revenu de pensions, selon ce qui est le plus avantageux pour vous. Vous pouvez également exercer ce choix si vous recevez un revenu de ce genre par suite du décès de votre conjoint.

Ce qu'il faut savoir au sujet des déductions et des exemptions d'impôts (suite)

Types d'exemptions	Revenus admissibles	Le montant de l'exemption conjoint	Notes particulières
Dépenses relatives à un revenu de location		Toutes les dépenses relatives à un revenu de location sont déductibles, à la condition que ce soit de la rénovation.	Une dépense est déductible seulement si elle est engagée afin de remplacer quelque chose qui existe déjà, comme peindre la maison ou remplacer un toit abîmé.
Transfert de déductions admissibles	• l'exemption en raison de l'âge; • la déduction relative au revenu de pensions; • la déduction pour personnes aveugles ou devant garder le lit ou demeurer dans un fauteuil roulant; • la déduction pour intérêts, dividendes et gains de capital; • la déduction relative aux dons.		Les fractions non utilisées de ces exemptions et de ces déductions auxquelles votre conjoint, un enfant à charge, un petit-enfant ou certaines autres personnes à charge ont droit peuvent vous être accordées s'ils n'ont pas besoin de ramener à zéro leur revenu imposable.

Ce qu'il faut savoir au sujet du régime enregistré d'épargne-logement (R.E.E.L.)

Le régime enregistré d'épargne logement auquel M. Bellefeuille contribue depuis plusieurs années constitue une autre façon de rendre les griffes du fisc un peu plus supportables. Dans quelques années, il pourra s'offrir cette maison dont lui et son épouse rêvent depuis si longtemps. Chaque année, M. Bellefeuille contribue à son régime 1 000 $ libres d'impôt au fédéral. Il a droit à 20 ans de contribution jusqu'à concurrence de 10 000 $. Cette limite ne comprend pas le revenu que produit son régime. À noter qu'au Québec on ne peut plus adhérer à un régime enregistré d'épargne-logement (R.E.E.L.). Les nouvelles adhésions ne sont déductibles qu'au fédéral.

Les fonds accumulés dans le régime enregistré d'épargne-logement (R.E.E.L.) de M. Bellefeuille devront être retirés d'un seul coup, mais attention! Ils demeurent libres d'impôt au fédéral s'ils servent à l'achat d'une maison ou de meubles. Sinon, adieu les économies, car cette somme sera incluse au revenu de M. Bellefeuille et sera imposable. M. Bellefeuille ne peut participer qu'à un seul régime enregistré d'épargne-logement (R.E.E.L.) dans sa vie; c'est la loi.

Ce qu'il faut savoir au sujet du régime d'épargne-actions (R.E.A.)

Le principe du régime d'épargne-actions (REA) est simple. Un montant d'argent est investi dans des actions d'entreprises québécoises, ce qui permet d'obtenir une économie d'impôt, puisqu'on peut déduire de son revenu imposable la totalité ou une partie de cet investissement. Mais prenez garde! ce petit bijou de mesure fiscale est propre au Québec et ne s'applique qu'à l'impôt québécois.

À la retraite, le régime d'épargne-actions (REA) constitue un abri fiscal valable lorsqu'il y a un revenu imposable. Ainsi, dans le cas de M. Bellefeuille, si à la retraite ses revenus

sont moindres et que les questions d'impôt ne sont plus une source de tracas, le régime d'épargne-actions (REA) perd beaucoup de sa valeur. Par contre, s'il doit toujours surveiller son revenu total et s'il se méfie de cet impopulaire (mais indispensable) entité administrative qu'est le fisc, il peut être avantageux d'investir dans un régime d'épargne-actions (REA).

Si vous désirez des renseignements supplémentaires, vous pouvez vous adresser à l'un des bureaux de Revenu Québec dont la liste est mentionnée à la page 229 du *Guide*.

Vous pouvez vous procurer la brochure intitulée « Le Régime d'épargne-actions du Québec et la fiscalité (REA) » à l'adresse suivante:

▶ **Ministère du Revenu**
Direction des communications
Service de l'information et des relations publiques
3800, rue Marly
Sainte-Foy (Québec)
G1X 4X5
Tél.: (418) 644-5117
Pour interurbain, faites sans frais le « 0 » et demandez ZENITH REVENU QUÉBEC.

Ce qu'il faut savoir au sujet du remboursement d'impôt foncier

Puisque cette année M. Bellefeuille a habité un logement, il pourra se prévaloir du remboursement d'impôt foncier. Ce remboursement est égal à 40 % des impôts fonciers, moins 2 % du revenu imposable du ménage sans toutefois dépasser 400 $. Et par surcroît, ce remboursement n'est pas imposable. Par contre, si M. Bellefeuille avait habité un logement administré par l'Office municipal ou une chambre qui n'est pas dans un établissement spécialisé dans la location de chambres, il n'aurait pu bénéficier de ce remboursement.

Si M. Bellefeuille décidait d'aller habiter en Ontario, au Manitoba ou en Alberta, il pourrait obtenir un crédit d'impôt particulier à ces provinces. Dans ce cas, il suffit de s'informer auprès de Revenu Québec et de Revenu Canada pour connaître toutes les modalités.

Un coup d'oeil sur la loi concernant les impôts du Québec pourrait être bénéfique... pour votre porte-monnaie.

Saviez-vous que certains frais médicaux sont reconnus comme déductions d'impôt?

Voici quelques exemples:

- la fabrication, la réparation et la mise en place de dentiers;
- les lunettes ou autres appareils de traitement ou de correction des troubles visuels;
- le transport par ambulance à destination ou en provenance d'un centre hospitalier public ou privé;
- une tente à oxygène;
- un membre artificiel;
- un poumon d'acier;
- un lit à bascule;
- un fauteuil roulant;
- des béquilles;
- un corset dorsal;
- des chaussures orthopédiques;
- et plusieurs autres frais.

Naturellement, ces frais doivent être prescrits par un spécialiste de la santé.

Que vous habitiez dans un logement, votre maison, un centre d'accueil ou tout autre type d'hébergement, certains frais médicaux ou autres, inhérents à votre état de santé, peuvent être déduits de votre revenu avant imposition.

Informez-vous

Vous pouvez vous procurer une copie de la *Loi sur les impôts* (L.R.Q., c. I-3) à l'une des librairies de l'Éditeur Officiel dont vous trouverez les adresses et numéros de téléphone dans les pages bleues de votre annuaire téléphonique sous la rubrique « ministère des Communications ».

Si vous avez des questions concernant la *Loi sur les impôts* (L.R.Q., c. I-3), contactez l'un des bureaux de Revenu Québec, dont la liste se trouve à la page 00 du *Guide*.

L'impôt à la retraite : des changements s'imposent

Payer son impôt par acomptes provisionnels, cela vous dit-il quelque chose?

Puisque M. Bellefeuille est à sa première année de retraite, ses revenus ont beaucoup changé, et ces modifications peuvent avoir des conséquences sur la façon de payer ses impôts.

M. Bellefeuille devra payer ses impôts par acomptes provisionnels si sa situation correspond à une des conditions suivantes :

- s'il est âgé de 60 ans et plus et que son impôt provincial à payer, pour 1984, s'élève à plus de 1 500 $;
- s'il est âgé de 60 ans et plus et qu'il estime que son impôt provincial à payer, pour 1984, s'établira à plus de 1 500 $;
- si son impôt fédéral à payer, pour 1984, s'élève à plus de 1 000 $;
- s'il estime que son impôt fédéral à payer, pour 1984, s'élève à plus de 1 000 $;
- si aucun impôt n'a été retenu à la source sur les trois quarts de son revenu net durant l'année.

Dans ce cas, M. Bellefeuille est obligé d'effectuer des paiements d'acomptes provisionnels le ou avant le dernier jour des mois de mars, juin, septembre et décembre, et tout retard peut entraîner des frais d'intérêt... Vaut mieux y penser!

Comment calculer les acomptes à payer?

Un peu d'arithmétique!

Il suffit de diviser par quatre l'impôt que M. Bellefeuille a payé l'année dernière. Par contre, si ces revenus ont beaucoup changé, il est préférable qu'il estime son impôt pour l'année en cours et qu'il divise ce montant par quatre. C'est, en somme, ce que l'on pourrait appeler un « quart provisionnel ».

Vous avez des doutes sur le montant de vos acomptes, ne vous inquiétez pas! Il existe un « Guide d'acomptes provisionnels » destiné à vous aider à calculer vos versements. Il est disponible à tous les bureaux de district d'impôt. Lorsque M. Bellefeuille aura établi le montant de ses acomptes, il devra les expédier aux dates prévues avec la formule de versement T7DR au centre fiscal approprié dont les adresses paraissent à la fin du chapitre.

Vous avez surestimé ou sous-estimé vos paiements

Pas de problème!

Lorsque M. Bellefeuille enverra sa déclaration d'impôt, soit au plus tard le 30 avril, il pourra débourser toute insuffisance entre le total des acomptes versés et l'impôt qu'il aurait dû payer pour l'année. Bien sûr, si M. Bellefeuille a payé de l'impôt en trop, il aura droit à un remboursement.

Cette situation vous embête?

Cette façon de procéder déplaît à M. Bellefeuille. Il peut demander que l'impôt soit retenu sur certains de ses revenus tels les prestations de la Régie des rentes du Québec, celles du Régime de pension du Canada et les paiements de pension de Sécurité de la vieillesse. Il peut aussi faire augmenter sa retenue d'impôt en remplissant la formule TD3 « Demande de retenue d'impôt » disponible aux bureaux de district d'impôt. Toutes les coordonnées sont fournies à la fin du présent chapitre.

Les pays chauds à la retraite, pourquoi pas!

C'est le temps ou jamais de se payer du bon temps. M. Bellefeuille, pour sa part, envisage de s'établir hors du Canada, ce qui entraîne certaines mesures fiscales spéciales.

M. Bellefeuille sera assujetti à une retenue d'impôt sur la plupart de ses revenus de provenance canadienne. Cette retenue se chiffre à 25 % du montant brut du paiement. Cependant, si le Canada a conclu une convention fiscale avec le pays dans lequel habitera M. Bellefeuille, il bénéficiera d'un taux d'imposition réduit.

Certains revenus échappent à cette règle:

- les prestations du Régime de rentes du Québec ou du Régime de pension du Canada;
- la pension de la Sécurité de la vieillesse;
- le supplément de revenu garanti;
- l'allocation de conjoint.

Pour toute information concernant les retenues d'impôt des non-résidents contactez votre bureau de district d'impôt dont la liste paraît à la fin de ce chapitre.

Votre départ entraîne des gains ou des pertes en capital

Si M. Bellefeuille quitte définitivement le Canada, il peut en résulter des gains ou des pertes en capital. Cependant, les premiers 2 500 $ de gains en capital imposables réalisés sont exempts d'impôt. M. Bellefeuille peut aussi choisir de différer ses gains ou pertes en capital sur tous les biens qu'il possède au moment où il quitte le Canada, jusqu'à ce qu'il en dispose réellement.

Compte tenu que des règles spéciales s'appliquent à ce genre de situation, il est préférable de consulter votre bureau de district d'impôt avant votre départ.

Une collection de timbres ou une aquarelle pourrait réduire votre impôt

M. Bellefeuille possède une aquarelle qu'il aimerait donner à une galerie d'art. Ce don, comme certains autres, pourrait bien avoir des incidences fiscales...

Comment donner un bien ?

Il existe une façon de faire don de ces biens :

- en premier lieu, M. Bellefeuille devra décider à qui il fera don de son aquarelle. Cette décision est importante, car la façon dont un don est accordé modifie les avantages fiscaux qui en découlent ;
- par la suite, il s'agit de faire évaluer l'aquarelle. Une ou plusieurs évaluations sont nécessaires afin d'établir la juste valeur marchande du don et de permettre ainsi de calculer le gain en capital et le montant de la déduction de M. Bellefeuille. Naturellement, l'évaluateur doit être indépendant, c'est-à-dire qu'il ne doit pas être lié ni avec M. Bellefeuille ni avec l'établissement bénéficiaire ;

- une fois l'aquarelle évaluée, l'établissement émet un reçu indiquant sa juste valeur marchande. Si le don de M. Bellefeuille entre dans le champ d'application de la *Loi sur l'exportation et l'importation de biens culturels* (1974-75-76, c. 50) et a été certifié par la Commission canadienne d'examen des exportations de biens culturels, il recevra un certificat de la Commission;
- M. Bellefeuille devra annexer à sa déclaration d'impôt sur le revenu ce certificat et le reçu officiel de l'établissement bénéficiaire de son don. À noter que la déduction d'impôt s'applique l'année où le don est fait, quelle que soit la date d'émission du « Certificat fiscal visant des biens culturels » ou de quelque autre reçu.

Tout cela vous donne l'envie de donner?
Contactez votre bureau de district de l'impôt pour de plus amples renseignements.

Les autres types de dons que M. Bellefeuille peut choisir

Dons à des oeuvres de charité
M. Bellefeuille peut offrir un don à une oeuvre de charité. Cependant, lors du calcul de son revenu imposable de l'année, sa déduction ne pourra pas dépasser 20 % de son revenu net. Les dons excédant la limite peuvent être reportés sur les années suivantes, jusqu'à un maximum de cinq ans. Ces dons de charité peuvent être déduits par M. Bellefeuille ou par son conjoint, quel que soit le nom inscrit sur le reçu. S'ils dépassent 100 $, le conjoint qui a le revenu imposable le plus élevé peut déduire la totalité du don. L'autre conjoint peut alors se prévaloir de la déduction forfaitaire de 100 $ pour frais médicaux et dons de charité.

Dons à Sa Majesté

Le montant que M. Bellefeuille peut déduire pour un don consenti à un établissement du gouvernement provincial ou du gouvernement fédéral constitue un don à Sa Majesté. Il pourra déduire toute la juste valeur marchande du don, jusqu'à concurrence de 100 % de son revenu net.

Dons de biens culturels

Si M. Bellefeuille fait un don à un établissement ou à une administration désignée des biens qui ont été certifiés par la Commission canadienne d'examen des exportations de biens culturels, il pourra déduire la pleine valeur de son don, jusqu'à concurrence de 100 % de son revenu imposable. Cette déduction s'applique après la déduction des dons de charité ordinaires et des dons à la Couronne. Toute portion de la valeur du don, qui n'est pas absorbée par le revenu imposable d'une année d'imposition, peut être reportée sur les cinq années suivantes et déduite ces années-là.

Dons entre vifs

Si M. Bellefeuille donne l'un de ses biens de son vivant, il effectuera un don entre vifs. Il est possible, pour ce type de donation, de bénéficier de certaines exemptions et déductions d'impôt au niveau provincial. Pour en savoir davantage sur les dons entre vifs, consultez le chapitre « Vos dernières volontés ».

Dons par testament

M. Bellefeuille peut faire don par testament d'un bien tel que décrit à la rubrique « Dons de biens culturels ». Dans ce cas, le don prend effet à son décès mais il est réputé avoir été fait par M. Bellefeuille l'année d'imposition de son décès.

Et votre héritage, qu'est-ce qu'il en advient?

M. Bellefeuille, ayant toujours été le neveu préféré de sa tante Albertine, a reçu, au décès de celle-ci, un bel héritage de 10 000 $. Mais une fois venu le temps de l'impôt, est-ce que le gouvernement hérite, lui aussi?

Les exemptions accordées aux bénéficiaires varient selon le degré de parenté. Dans le cas de M. Bellefeuille, la totalité de son héritage sera déductible la première année, puisqu'à ce degré de relation l'État accorde des déductions allant jusqu'à 20 000 $.

Dans votre cas, quelle est votre déduction?

Conjoint	illimitée
Père, mère	100 000 $
Enfants, petits-enfants	100 000 $
Autres bénéficiaires	20 000 $
Enfant atteint d'infirmité physique ou mentale	50 000 $ d'exemption supplémentaire
Enfant âgé de moins de 26 ans	2 000 $ d'exemption supplémentaire pour chaque année entre 26 ans et l'âge de l'enfant

En résumé: la planification fiscale en vue de la retraite

Il est tout à fait légal de « s'arranger » pour réduire ses impôts au minimum. Toutefois deux règles sont prescrites:

- ne pas excéder les limites de la planification fiscale légitime;
- ne pas chercher à enfreindre ou à contourner la loi.

Si vous songez à votre retraite, vous devez aussi penser à sa planification fiscale.

En quoi consiste la planification fiscale en fonction de votre retraite?

- prévoir comment minimiser légalement votre impôt, compte tenu de vos objectifs financiers;
- payer le moins d'impôt possible, tout en poursuivant vos objectifs.

Pourquoi une planification fiscale en fonction de votre retraite?

- pour vous permettre de reporter le paiement de votre impôt à plus tard pour jouir de taux d'imposition moins élevés;
- pour réduire annuellement le montant de votre impôt;
- pour augmenter vos revenus à la retraite.

Quels moyens de portée fiscale pouvez-vous utiliser?

- contribuer à des régimes enregistrés de pension et d'épargne-retraite (R.E.R. — R.E.E.R.);
- contribuer au régime enregistré d'épargne-retraite de votre conjoint;
- racheter le service antérieur de travail pour fins de pension, si cela est avantageux;
- contribuer à un régime enregistré d'épargne-logement (R.E.E.L.);
- étaler le paiement de certains revenus sur plusieurs années;
- utiliser toutes les exemptions et déductions d'impôt auxquelles vous avez droit;
- préparer vos déclarations de revenus le plus tôt possible, au début de chaque année de calendrier, dans le but de prendre certaines mesures de nature fiscale;
- transférer dans votre déclaration de revenus toutes les déductions et exemptions déductibles admissibles venant de votre conjoint, mais non ses revenus.

Pour répondre à vos questions sur...

L'impôt provincial

Pour toute demande de renseignement, de dépliants ou de brochures ainsi que pour les formulaires spéciaux, communiquez par écrit ou par téléphone à l'un des bureaux de **Revenu Québec**, dont voici la liste:

▶ **Hull**
17, rue Laurier
Hull (Québec)
J8X 4C1
Tél.: (819) 770-1768

▶ **Jonquière**
3950, boul. Harvey
Jonquière (Québec)
G7X 8L6
Tél.: (418) 542-3523

▶ **Montréal**
3, complexe Desjardins
C.P. 3000
Succursale Desjardins
Montréal (Québec)
H5B 1A4
Tél.: (514) 873-2611

▶ **Québec**
3800, rue Marly
Sainte-Foy (Québec)
G1X 4A5
Tél.: (418) 659-6500

▶ **Rimouski**
337, rue Moreault
Centre administratif
Rimouski (Québec)
G5L 1P4
Tél.: (418) 722-3572

▶ **Rouyn**
180, boul. Rideau
Bureau 330
Rouyn (Québec)
J9X 1N9
Tél.: (819) 764-6761

▶ **Sept-Îles**
456, rue Arnaud
Bureau 102
Sept-Îles (Québec)
G4R 3B1
Tél.: (418) 968-0203

▶ **Sherbrooke**
112, rue Wellington Sud
Sherbrooke (Québec)
J1H 5C7
Tél.: (819) 563-3034

▶ **Toronto**
20, Queen Street Ouest
P.O. Box 13
Bureau 1004
Toronto (Ontario)
M5H 3S3
Tél.: (416) 977-6060

▶ **Trois-Rivières**
225, rue des Forges
Trois-Rivières (Québec)
G9A 2G7
Tél.: (819) 379-5360

Les contribuables qui, au Québec, doivent utiliser l'interurbain pour communiquer avec le bureau le plus près, sauf celui de Toronto, peuvent le faire sans frais. Ils n'ont qu'à faire le « 0 » et demander ZÉNITH REVENU QUÉBEC. Ces appels ne peuvent pas être transférés.

S'il s'agit d'une demande relative à des détails de la fiscalité, contactez :

▶ **Revenu Québec**
Direction des renseignements
3800, rue Marly
Sainte-Foy (Québec)
G1X 4A5
Tél. : (418) 659-6500

S'il s'agit d'une question relative au traitement de votre déclaration d'impôt, d'un changement d'adresse ou de toute autre modification à votre déclaration de revenus contactez Revenu Québec aux adresses mentionnées précédemment.

Vous avez de la difficulté avec toutes ces adresses ? Contactez l'un des bureaux de « Communication-Québec ». Vous trouverez la liste des bureaux à l'annexe I du *Guide*.

L'impôt fédéral

S'il s'agit d'une demande concernant l'un des sujets suivants :

- demande générale de renseignements ;
- demande de renseignements sur avis de cotisation ou de nouvelle cotisation ;
- demande de redressements ;
- demande initiale de certificat de décharge ;
- demande de renseignements sur le calcul des intérêts et des pénalités ;
- demande d'état de compte ;
- demande de renseignements ou de corrections concernant les versements ;

- avis de changement de nom ou d'adresse;
- demande de photocopies de déclarations, d'états financiers ou autres confirmations;
- demande d'ouverture, de fermeture ou de modification aux comptes de retenues à la source;
- paiement des comptes d'impôt et versement des acomptes provisionnels;
- toute réponse écrite à une demande provenant du Centre fiscal.

Communiquez par écrit à l'un des deux centres fiscaux de **Revenu Canada** dont voici les adresses:

▶ **Revenu Canada, Impôt**
Centre fiscal de Jonquière
Jonquière (Québec)
G7S 5J1

▶ **Revenu Canada, Impôt**
Centre fiscal de Shawinigan
4695, 12e Avenue
C.P. 3000
Shawinigan (Québec)
G9N 7S6

S'il s'agit de toute autre demande de renseignements ou examens communiquez avec votre bureau de district, dont voici la liste:

▶ **Montréal**
305, boul. Dorchester Ouest
Montréal (Québec)
H2Z 1A6

Pour information sur les remboursements	(514) 283-4714
Pour demandes de formules	(514) 283-5623
Renseignements généraux	(514) 283-5300

Interurbain, demandez Zénith 0-4000

▶ **Québec**
165, rue de la Pointe-aux-Lièvres Sud
Québec (Québec)
G1K 7L3

Pour information sur les remboursements	(418) 694-4931
Pour demandes de formules	(418) 694-4083
Renseignements généraux	(418) 694-3180

Pour interurbain, sans frais 1-800-463-4421

▶ **Rouyn**
11, rue du Terminus Est
Rouyn (Québec)
J9X 3B5
Tél. : (819) 764-5171

▶ **Sherbrooke**
50, rue Couture
Sherbrooke (Québec)
J1H 5L8

Pour information sur les remboursements	(819) 565-4989
Pour demandes de formules	(819) 565-4870
Renseignements généraux	(819) 565-4888
Appels interurbains :	
Information sur les remboursements	1-800-567-6186
Renseignements généraux	1-800-567-6184

Bureaux régionaux

▶ **Chicoutimi**
55, rue Racine Est
Chicoutimi (Québec)
G7H 1P9
Tél. : (418) 545-1912

▶ **Rimouski**
411, rue Sirois
Rimouski (Québec)
G5L 8B2
Tél. : (418) 722-3113

▶ **Trois-Rivières**
1055, boul. des Forges
Trois-Rivières (Québec)
J8Z 4J8
Tél. : (819) 373-2723

Appels interurbains pour les bureaux régionaux et Québec :

de l'indicatif régional 418 —	
Information sur les remboursements	1-800-463-4473
Renseignements généraux	1-800-463-4421
des indicatifs régionaux 514 et 819 —	
Information sur les remboursements	1-800-463-4629
Renseignements généraux	1-800-463-4413

Vous avez besoin d'aide pour produire votre déclaration de revenus? Oui, on peut vous aider

Que ce soit pour une consultation ou pour la rédaction de votre déclaration adressez-vous à:

Services bénévoles

- les associations coopératives d'économie familiale;
- les bureaux spéciaux temporaires de l'impôt provincial et fédéral;
- les cégeps et universités (quelquefois, les étudiants réclament des frais minimes);
- certains centres locaux de services communautaires (C.L.S.C.);

- certains clubs de l'âge d'or;
- les directeurs de centres d'accueil;
- les directeurs de succursales bancaires ou de caisses populaires;
- la Fédération des clubs de l'âge d'or;
- les groupes en consultation budgétaire GRAPE (à Québec seulement);
- le Salon de la femme;
- les Salons de l'épargne de Québec et Montréal.

Autres services

Si vous avez des revenus plus élevés, il est préférable de consulter un fiscaliste professionnel pour qui l'impôt n'a plus de secret. Consultez:

- un avocat;
- un comptable;
- un notaire;
- un courtier en assurance;
- un courtier en immeuble;
- un courtier en placement;
- un directeur de banque.

Vous êtes en désaccord avec l'impôt?

Vous avez des recours

Au provincial

1) L'étape des oppositions

Ce recours s'adresse uniquement aux particuliers. Il peut être public ou à huit clos, selon ce qui vous convient le mieux. À noter que ce recours est sans appel.

2) La Cour des petites créances

Pour vous adresser à la Cour des petites créances, vous devez répondre à l'un des critères suivants:

— le montant des droits qui fait l'objet du litige n'excède pas 1 650 $ pour une année d'imposition;

ou

— la demande a pour effet une réduction de revenu n'excédant pas 5 000 $ par année d'imposition;

ou

— la contestation d'un remboursement affecté au paiement d'une dette fiscale n'excède pas 1 000 $;

— la contestation d'une demande de paiement d'intérêts et de pénalités n'excède pas un montant de 1 000 $ (Ces montants seront indexés annuellement).

3) La Cour provinciale

Après l'étape des oppositions, vous avez le choix d'aller à la Cour des petites créances, si vous répondez aux critères, ou à la Cour provinciale, si vous préférez.

Pour information, communiquez avec votre bureau régional de l'impôt, dont l'adresse est mentionnée précédemment, ou avec « Communication-Québec ». La liste des bureaux est inscrite à l'annexe I du *Guide*.

Au fédéral

1) Produire la formule T400A en guise de contestation à votre bureau de district ou régional.
(Délai d'appel 90 jours)

Par la suite, expédiez les documents requis au Centre des données fiscales de votre région. Dans la plupart des cas, le problème est résolu à ce niveau-ci. Si vous n'obtenez pas satisfaction, il y a la Cour canadienne de l'impôt. Un avis d'opposition doit être soumis dans les 90 jours suivant la date de l'avis de cotisation (T400A).

2) La Cour canadienne de l'impôt

La Cour canadienne de l'impôt est indépendante du gouvernement fédéral et siège régulièrement dans les grandes villes du pays. Vous devez exposer, par écrit, les faits et les raisons qui, selon vous, justifient votre appel. Aucune formule particulière n'est requise. Envoyez le tout au:

▶ **Greffe de la Cour canadienne de l'impôt**
200, rue Kent
Ottawa (Ontario)
K1A 0M1
Tél.: (613) 995-9405

3) La Cour fédérale

Si la Cour canadienne de l'impôt rejette votre appel, vous pouvez vous adresser à la Cour fédérale, aux adresses suivantes:

▶ **Montréal**
1, rue Notre-Dame Est
Chambre 11.10
Montréal (Québec)
H2Y 1B6
Tél.: (514) 283-4820

▶ **Québec**
300, boul. Jean-Lesage
Chambre 4.32
Québec (Québec)
G1K 8K6
Tél.: (418) 694-4920

▶ **Ottawa**
Édifice de la Cour Suprême
du Canada
rue Kent et Wellington
Ottawa (Ontario)
K1A 0J1
Tél.: (613) 995-4330

Si vous déménagez, n'oubliez pas d'aviser, par écrit, de votre nouvelle adresse votre bureau de district de l'impôt.

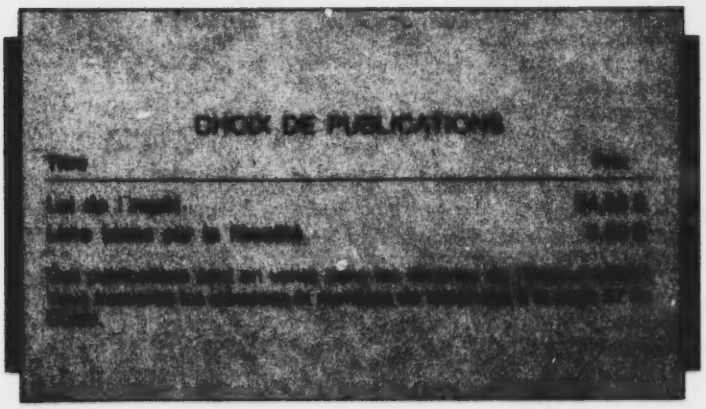
Documents ou brochures de références de Revenu-Québec et de Revenu-Canada expliquant tout le méli-mélo de l'impôt

Informations générales	Le troisième âge	Les programmes de sécurité du revenu au Québec
Guide de l'impôt	Guide de l'impôt	Guide de l'impôt
Sécurité de la vieillesse (pension)	Le troisième âge Vous approchez de 65 ans Votre pension de vieillesse Sécurité de vieillesse, supplément de revenu garanti, allocation au conjoint	Guide de l'impôt
Supplément de revenu garanti	Sécurité de vieillesse, supplément de revenu garanti, allocation au conjoint	Les programmes de sécurité du revenu au Québec
Allocation au conjoint	Allocation au conjoint Sécurité de vieillesse, supplément de revenu garanti, allocation au conjoint	Guide de l'impôt
Anciens combattants	Les allocations aux anciens combattants et les allocations de guerre pour les civils	Guide de l'impôt

Régime de rente du Québec	Le troisième âge	Les programmes de sécurité du revenu au Québec
Régime de pension du Canada	Le Régime de pension du Canada Prestation d'invalidité Prestation de décès et de survivant	Guide de l'impôt
Prestations de retraite (C.A.R.R.)	Le troisième âge	Guide de l'impôt
Rente de retraite (F.E.R.R.)	Fonds enregistrés de revenu de retraite	Guide de l'impôt
Logirente	Guide de l'impôt	Logirente
Régime enregistré d'épargne-retraite (R.E.E.R.)	Le troisième âge Régime enregistré d'épargne-retraite	Les régimes d'épargne-retraite et la fiscalité Vos droits à l'information
Régime d'épargne-logement (R.E.E.L.)	Le troisième âge	Aucun
Régime d'épargne-actions (R.E.A.)	Ne s'applique pas	Le Régime d'épargne-actions du Québec et la fiscalité
Assurance-chômage	Le troisième âge À l'âge de 65 ans	Guide de l'impôt
Aide sociale	Guide de l'impôt	Guide de l'impôt
Intérêts, dividendes, gains de capital	Le troisième âge Gains en capital Obligations d'épargne du Canada Guide de la T3	Gains de capital

Revenu de location	Le troisième âge Revenus de location	Guide de l'impôt
Subvention d'un programme d'isolation thermique ou énergétique	Guide de l'impôt	Guide de l'impôt
Revenus d'entreprise	La petite entreprise	L'impôt des PME
Revenus d'agriculture, de pêcheurs, de chauffeurs de taxi, de travailleurs autonomes	Vente à commission Guide de l'impôt	Les pêcheurs et la fiscalité Guide de l'impôt
Dons en nature	Dons en nature	Guide de l'impôt sur les dons
Étalement du revenu	Le troisième âge Étalement du revenu	Guide de l'impôt
Transfert d'argent dans un régime enregistré d'épargne-retraite (R.E.E.R.)	Le troisième âge	Guide de l'impôt
Dispense de retenu d'impôt sur des revenus	Le troisième âge	Guide de l'impôt Formulaire TPD3
Crédits d'impôts provinciaux	Le troisième âge	Guide de l'impôt
Crédit d'impôt foncier	Le troisième âge	Guide de l'impôt
Paiement par acomptes	Le troisième âge Payer son impôt par acomptes provisionnels	Formulaire TP 7 B Les versements trimestriels

Types d'information	Titres des documents disponibles à Revenu-Canada	Titres des documents disponibles à Revenu-Québec
Résidents à l'étranger	Le troisième âge Le Canada et ses conventions fiscales Vivre à l'étranger	Guide de l'impôt
Droits successoraux	Guide de l'impôt	Guide de l'impôt
Droit d'appel	La Cour canadienne de l'impôt	Recours des citoyens en matière de fiscalité



Ce test vous le dira...

Si vous obtenez 15 bonnes réponses, on considère que vous avez suivi le mouvement populaire qui dit que les sigles simplifient « la vie ».
Compliqué, n'est-ce pas?

Donnez la signification de ces sigles.

ACA

ACCAP

AIFA

BAC

CECQ

CÉGEP

CLSC

CREA

CRSSS

CS

CSS

CTCUM

CUM

DGEA

FADOQ

FAQ

ONU

OPC

OVEP

ACA	Association des clubs automobiles
ACCAP	Association canadienne des compagnies d'assurances de personnes
AIFA	Association internationale francophone des aînés
BAC	Bureau des assureurs du Canada
CECQ	Commission des écoles catholiques de Québec
CÉGEP	Collège d'enseignement général et d'enseignement professionnel
CLSC	Centre local de services communautaires
CREA	Centre régional d'évaluation et d'accueil du ministère de l'Éducation
CRSSS	Conseil régional de la santé et des services sociaux
CS	Cour supérieure
CSS	Centre des services sociaux
CTCUM	Commission de transport de la communauté urbaine de Montréal
CUM	Communauté urbaine de Montréal
DGEA	Direction générale de l'éducation des adultes
FADOQ	Fédération de l'âge d'or du Québec
FAQ	Fédération des aînés du Québec
ONU	Organisation des Nations Unies
OPC	Office de la protection du consommateur
OVEP	Organisme volontaire d'éducation populaire

Vos assurances

« Les assurances, ça ne vaut plus la peine », vous direz-vous... 246
Où vous adresser? 246
Les assurances générales: difficile de s'en passer... 247
Si vous êtes propriétaire, il est recommandé de contracter: 247
Si vous êtes locataire, il est recommandé de contracter: 248
Vous avez des questions? Communiquez avec: 249
Un programme d'assurance-communautaire, pourquoi pas? 251

« Les assurances, ça ne vaut plus la peine », vous direz-vous...

Les assurances ne sont certes pas chose nouvelle pour vous. À une période où à l'autre de votre vie, vous avez sûrement contracté une assurance-vie, une assurance-incendie, une assurance-automobile et laquelle encore...

La période de la retraite n'est pas propice à l'achat d'une assurance-vie. Par contre, vous pouvez vérifier s'il est possible de commencer à bénéficier de ces assurances qui vous ont coûté si cher durant votre vie active.

Peut-être aviez-vous prévu un fonds de retraite ou aviez-vous préféré une rente viagère de survivant pour votre conjoint?

Peu importe le type d'assurance-vie que vous aviez privilégié, il est temps d'en vérifier toutes les modalités.

Où vous adresser?

- votre courtier d'assurances ou votre agent d'assurances constitue la personne-ressource première;
- si vous n'êtes pas satisfait, communiquez avec le Bureau d'assurance du Canada, où des spécialistes pourront répondre à toutes vos questions:

▶ **Bureau d'assurance du Canada**
1001, boul. De Maisonneuve Ouest
Bureau 650
Montréal (Québec)
H3A 3C8
Tél.: (514) 288-6015
Sans frais: 1-800-361-5131

- si vous avez des plaintes à formuler ou pour tout autre renseignement, adressez-vous à l'Inspecteur général des institutions financières, qui surveille les compagnies d'assurance et leurs représentants:

▶ **Inspecteur général des institutions financières**
Direction des assurances de personnes
800, place d'Youville
Québec (Québec)
G1R 4Y5
Tél. : (418) 643-2965

Pour des appels interurbains, adressez-vous à Communication-Québec, dont la liste des bureaux se trouve à l'annexe I du *Guide*.

- l'Association canadienne des compagnies d'assurances des personnes inc. (l'ACCAP) offre un service d'information gratuit sur les assurances de la personne :

▶ **Association canadienne des compagnies d'assurances des personnes inc.** (l'ACCAP)
1001, boul. De Maisonneuve Ouest
Bureau 1230
Montréal (Québec)
H3A 3C8
Tél. : (514) 845-6173
Sans frais : 1-800-361-8070

Les assurances générales : difficile de s'en passer...

Peu importe votre situation ou votre âge, vous pouvez toujours assurer vos biens contre les incendies, le vol, etc. Le type d'assurance requis diffère selon que vous êtes propriétaire ou locataire.

Si vous êtes propriétaire, il est recommandé de contracter :

- une assurance contre les incendies ;
- une assurance contre le vol ;
- une assurance responsabilité civile ;

- une assurance hypothécaire si, au moment de votre retraite, votre maison est grevée d'une hypothèque.

À noter qu'il existe des types de police combinant, à coût raisonnable, l'ensemble de ces risques.

Si vous êtes locataire, il est recommandé de contracter :

- une assurance contre les incendies et le vol pour vos biens et meubles ;
- une assurance responsabilité civile.

Ces dispositions s'appliquent également si vous habitez un H.L.M.

Si vous êtes locataire d'une chambre , il est recommandé de contracter :

- une assurance contre les incendies et le vol pour vos biens ;
- une assurance responsabilité civile.

Si vous habitez un centre d'accueil, il est recommandé d'assurer vos biens personnels.

Vous avez des questions ? Communiquez avec :

▶ **Bureau d'assurance du Canada**
1001, boul. De Maisonneuve Ouest
Bureau 650
Montréal (Québec)
H3A 3C8
Tél. : (514) 288-6015
Sans frais : 1-800-361-5131

▶ **Association canadienne des compagnies d'assurances des personnes inc.** (l'ACCAP)
1001, boul. De Maisonneuve Ouest
Bureau 1230
Montréal (Québec)
H3A 3C8
Tél. : (514) 845-6173
Sans frais : 1-800-361-8070

▶ **Inspecteur général des institutions financières**

800, place Victoria
C.P. 355
Tour de la Bourse
Montréal (Québec)
H4Z 1H9
Tél. : (514) 873-3377

Direction des assurances générales
800, place d'Youville
Québec (Québec)
G1R 4Y5
Tél. : (418) 643-5786

▶ **Fédération des associations coopératives d'économie familiale du Québec**
7500, av. De Châteaubriand
Montréal (Québec)
H2R 2M1
Tél. : (514) 277-7959

et ses membres dont voici la liste :

▶ **ACEF de Joliette**
639, rue Saint-Viateur
Joliette (Québec)
J6E 3B8
Tél. : (514) 756-1333

▶ **ACEF du Centre de Montréal**
1212, rue Panet
Montréal (Québec)
H2L 2Y7
Tél. : (514) 598-7288

▶ **ACEF de l'Est de Montréal**
8750, rue Degrosbois
Montréal (Québec)
H1K 2G7
Tél.: (514) 352-7880

▶ **ACEF du Nord de Montréal**
7500, av. De Châteaubriand
Montréal (Québec)
H2R 2M1
Tél.: (514) 277-7959

▶ **ACEF de l'Outaouais**
18, rue Charlevoix
Hull (Québec)
J8X 1P1
Tél.: (819) 770-4911

▶ **ACEF de Sainte-Thérèse**
30A, rue Turgeon
Sainte-Thérèse (Québec)
J7E 3H4
Té.l: (514) 430-2228

▶ **ACEF de Thetford-Mines**
37, rue Notre-Dame Sud
Thetford-Mines (Québec)
G6G 1J1
Tél.: (418) 338-4755

▶ **ACEF de Trois-Rivières**
1293, rue Hart, app. 1
Trois-Rivières (Québec)
G9Z 4S5
Tél.: (819) 378-7888

▶ **ACEF de Victoriaville**
10, rue Carignan
Victoriaville (Québec)
G6P 4Z5
Tél.: (819) 752-5855

À noter que cette association organise des rencontres d'information sur les assurances-vie et les assurances générales.

▶ **Groupe de recherche en animation et planification économique** (GRAPE)
2301, 1re Avenue
Québec (Québec)
G1L 3M9
Tél.: (418) 529-4996

280, av. Notre-Dame
Notre-Dame-des-Laurentides
G2N 1K9
Tél.: (418) 849-2873

Un programme d'assurance communautaire, pourquoi pas?

La Fédération des aînés du Québec offre à ses membres un plan de groupe pour la protection civile en cas d'incendie et un plan communautaire pour une assurance sur la vie. Ce type de programme vous permet de bénéficier de taux privilégiés. Des réductions sont aussi accordées pour les assurances-automobiles, et pour les assurances des biens pour les locataires de H.L.M.

Pour information, communiquez avec:

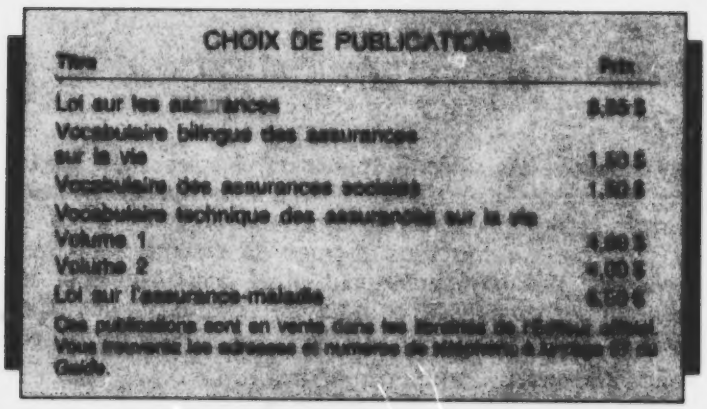
▶ **Fédération des aînés du Québec**
5260, 3e Avenue Ouest
Charlesbourg (Québec)
G1H 6G7
Tél.: (418) 626-8171

Les membres des clubs de l'âge d'or affiliés à la Fédération de l'âge d'or du Québec peuvent bénéficier, à un tarif avantageux, d'un programme d'assurance sur la vie. Aucun examen médical n'est requis. De plus, ils se verront octroyer une réduction substantielle sur la prime régulière de l'assurance-automobile, de l'assurance contre les incendies et le vol, et l'assurance-responsabilité civile.

Pour information, communiquez avec:

▶ **Fédération de l'âge d'or du Québec**
1415, rue Jarry Est
Montréal (Québec)
H2E 2Z7
Tél.: (514) 374-4700, poste 416

ou à l'un des conseil régionaux de la Fédération dont vous trouverez la liste à la page 482 du *Guide*.



CHOIX DE PUBLICATIONS

Titre	Prix
Loi sur les assurances	[illegible]
Vocabulaire bilingue des assurances sur la vie	1,50 $
Vocabulaire des assurances sociales	1,50 $
Vocabulaire technique des assurances sur la vie	
Volume 1	[illegible]
Volume 2	[illegible]
Loi sur l'assurance-maladie	[illegible]

Ces publications sont en vente dans les bureaux de [illegible] Vous trouverez les adresses et numéros de téléphone à la page [illegible] du Guide.

Inventaire des biens meubles et effets personnels

Nombre d'articles	Article	Date d'achat	Prix d'achat $	Valeur actuelle $
	Bahuts et contenu			
	Bibelots			
	Bibliothèques			
	Bureau			
	Climatiseur			
	Contenu de placards			
	Disques			
	Divans			
	Draperies et stores			
	Électrophone ou stéréo			
	Étagères			
	Fauteuils et chaises			
	Garniture de cheminée			
	Instruments de musique			
	Lampes			
	Livres			
	Miroirs			
	Orgue de salon			
	Pendules			
	Piano			
	Radio			
	Rideaux			
	Tableaux			
	Tables			
	Tapis			
	Téléviseur			

Nombre d'articles	Article	Date d'achat	Prix d'achat $	Valeur actuelle $
	Argenterie			
	Bahuts et contenu			
	Bibelots			
	Buffet			
	Chaises			
	Climatiseur			
	Contenu de placards			
	Cristal			
	Draperies et stores			
	Étagères			
	Lampes			
	Linge de table			
	Miroirs			
	Pendules			
	Porcelaine			
	Rideaux			
	Tableaux			
	Tables			
	Tapis			

Nombre d'articles	Article	Date d'achat	Prix d'achat $	Valeur actuelle $
	Aliments			
	Appareils électriques			
	Bahuts et contenu			
	Chaises			
	Contenu de placards			
	Pendule			
	Batterie de cuisine			
	Congélateur			
	Cristal			
	Cuisinière			
	Laveuse à vaisselle			
	Machine à laver			
	Radio			
	Réfrigérateur			
	Revêtement de sol			
	Sécheuse			
	Tables			
	Téléviseur			
	Ustensiles de ménage			

Nombre d'articles	Article	Date d'achat	Prix d'achat $	Valeur actuelle $
	Appareils électriques			
	Articles de toilette			
	Bahuts et contenu			
	Contenu de placards			
	Lingerie			
	Pèse-personne			
	Séchoir à cheveux			
	Serviettes, etc.			

Nombre d'articles	Article	Date d'achat	Prix d'achat $	Valeur actuelle $
	Aspirateur			
	Bahuts et contenu			
	Bibelots			
	Chaises			
	Contenu de placards			
	Draperies et stores			
	Lampes			
	Miroirs,			
	Pendules			
	Rideaux			
	Tableaux			
	Tables			
	Tapis			

Nombre d'articles	Article	Date d'achat	Prix d'achat $	Valeur actuelle $
	Armoires et contenu			
	Bibelots			
	Bibliothèques			
	Chiffonniers et contenu			
	Climatiseur			
	Coiffeuse			
	Commode et contenu			
	Contenu de placards			
	Draperies			
	Étagères			
	Fauteuils et chaises			
	Lampes			
	Literie			
	Lits			
	Livres			
	Machine à coudre			
	Matelas			
	Miroirs			
	Pendules			
	Radio et stéréo			
	Rideaux			
	Sommier			
	Tableaux			
	Tables			
	Tapis			
	Téléviseur			

Nombre d'articles	Article	Date d'achat	Prix d'achat $	Valeur actuelle $
	Réserve de vivres			
	Essoreuse			
	Machine à laver			
	Sécheuse			
	Autre équipement de lavage			
	Ventilateur aspirant			
	Établi			
	Fournitures			
	Outils à main			
	Outils électriques			
	Autre équipement			
	Fauteuils et chaises			
	Piano			
	Radio			
	Tables			
	Tapis			
	Appareils de chauffage			
	Huile à chauffage			
	Malles et contenu			
	Autres biens entreposés			

Nombre d'articles	Article	Date d'achat	Prix d'achat $	Valeur actuelle $
	Malles et contenu			
	Meubles			
	Autres biens entreposés			

Nombre d'articles	Article	Date d'achat	Prix d'achat $	Valeur actuelle $
	Accessoires d'auto			
	Biens entreposés			
	Meubles de jardin			
	Outils de jardinage			
	Autres outils			

Nombre d'articles	Article	Date d'achat	Prix d'achat $	Valeur actuelle $

	Coût $	Valeur $
Salon		
Salle à manger		
Cuisine		
Vestibules		
Chambre principale		
Chambre n° 2		
Chambre n° 3		
Salle de bain		
Sous-sol		
Grenier		
Salle de détente ou de jeu		
Garage		
Divers		
Total	**$**	**$**

Type d'assurance	Montant actuel $	Montant suffisant $
Habitation et garage		
Biens meubles et personnels		
Frais suppl. de subsistance		
Resp. civile des particuliers		
Frais médicaux		
Autres assurances		

Liste des polices d'assurance

Type d'assurance	Montant assuré	Numéro de la police	Date d'expiration	Remarques

Le transport

Votre permis de conduire, une mise au point s'impose! 266
Dans quel état sont vos facultés? 266
Un permis de conduire en bonne et due forme 267
Quand devez-vous renouveler votre permis? 267
Pouvez-vous bénéficier d'un remboursement sur votre prime d'assurance? 268
L'immatriculation, chacun son numéro 268
Les grands principes de l'immatriculation 269
Le poids, le prix et l'utilisation font la prime... 271
Votre voiture hiberne 271
L'assurance-automobile obligatoire ou pas? 272
Une assurance corporelle? C'est auto...matique! 272
Une assurance pour les dommages matériels d'autrui, l'État l'oblige 275
Que faire en cas d'accident? 276
J'y vais ou j'y vais pas? L'état des routes vous le dira 280
Le transport en commun, « non, c'est pas cher » 281
Le covoiturage: « Embarque on ira pas vite à... » 281
Le taxi... c'est parfois gratuit 282
Des réductions alléchantes... 283
Le transport adapté 293

Votre permis de conduire, une mise au point s'impose!

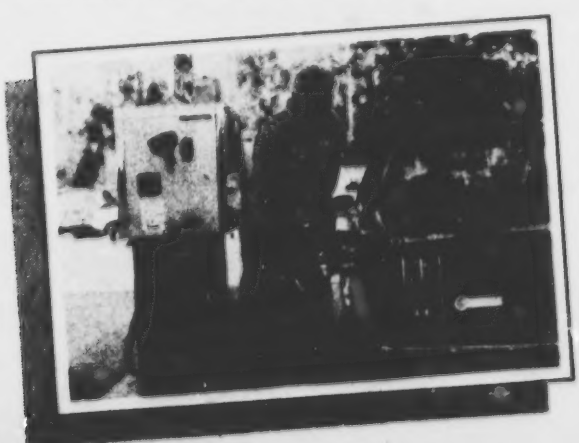
Dans quel état sont vos facultés?

Votre âge ne justifie nullement votre habileté à conduire. Vous pouvez être âgé de 65 ans et manier le volant comme un as. Cependant, pour votre sécurité, la Régie de l'assurance-automobile du Québec peut, dans certaines circonstances, vous soumettre à un examen de compétence ou à un examen médical ou optométrique.

La Régie peut vous obliger à subir un examen:

- si votre état de santé donne lieu de croire que votre aptitude à conduire doit être vérifiée;
- si vous êtes âgé de 70 ans et plus;
- si vous ne possédez pas de permis de conduire depuis 3 ans.
- si vous n'avez pas subi d'examen depuis 10 ans.

Notez que la Régie de l'assurance automobile du Québec peut suspendre votre permis si vous refusez de subir un examen de compétence ou un examen médical, ou si vous êtes atteint d'une maladie ou d'une déficience dangereuse pour votre sécurité et celle des usagers de la route.



Un permis de conduire en bonne et due forme

Nul besoin de vous rappeler qu'il est obligatoire d'avoir en votre possession votre permis de conduire et les documents relatifs au véhicule lorsque vous conduisez sur un chemin public.

Ils pourraient vous épargner certains embêtements, notamment une amende allant de 25 à 50 $ par document manquant, si un agent de la paix désire les examiner.

Pour éviter les ennuis, pour ne pas dire les amendes, assurez-vous :

- que votre permis de conduire est signé ;
- que l'adresse de votre domicile au Québec ou de votre résidence habituelle au Québec est inscrite sur votre permis de conduire et votre certificat d'immatriculation. Vous devez informer la Régie de tout changement d'adresse dans les 30 jours qui suivent votre déménagement. Sinon, vous serez passible d'une amende de 50 à 100 $ pour chaque infraction. Votre permis de conduire comporte d'ailleurs une partie détachable qui doit être utilisée à cette fin ;
- que vous n'êtes pas titulaire de plus d'un permis de la même classe ;
- que vous n'avez pas prêté votre permis. Rappelez-vous : « Charité bien ordonnée commence par soi-même » ;
- que vous n'avez pas donné volontairement un renseignement faux ou trompeur pour obtenir un permis. Ce mensonge pourrait vous coûter entre 200 à 500 $.

Quand devez-vous renouveler votre permis ?

La validité d'un permis de conduire est généralement de deux ans. Cependant, vous pourriez être contraint, si votre état de santé l'exige, de subir certains examens tous les 3, 6 et 12 mois, selon le cas, pour prouver que vous possédez toujours les aptitudes nécessaires à la conduite d'un véhicu-

le automobile. Environ trois mois avant la date d'expiration de votre permis, la Régie de l'assurance automobile du Québec vous fera parvenir un formulaire de demande de renouvellement de permis de conduire et une formule de rapport médical (M-28) à votre dernière adresse connue au Québec.

Vous devez retourner ces formulaires dûment remplis à la Régie et payer les droits exigés au moins un mois avant la date d'expiration du permis.

Pouvez-vous bénéficier d'un remboursement sur votre prime d'assurance?

La totalité ou une partie de la prime d'assurance automobile reliée à votre permis de conduire peut vous être remboursée s'il y a annulation de votre permis en cours d'année, si vous avez déboursé un montant supérieur à celui requis, s'il y a décès, etc.

Si vous voulez obtenir plus d'information ou pour présenter une demande de remboursement, communiquez avec l'un des centres de services de la Régie de l'assurance automobile, dont vous trouverez la liste dans votre annuaire téléphonique, dans les pages bleues sous la rubrique: « Gouvernement du Québec, Régie de l'assurance automobile ».

L'immatriculation, chacun son numéro

Si vous êtes propriétaire d'un véhicule routier, vous devez posséder un certificat d'immatriculation validé par la Régie de l'assurance automobile du Québec. De plus, votre véhicule doit afficher une plaque d'immatriculation conforme à sa catégorie. L'immatriculation de votre véhicule est renouvelée chaque année.

Depuis le 1er avril 1983, l'immatriculation des véhicules est étalée sur toute l'année. Dans le cas d'un véhicule de promenade, c'est la première lettre de votre nom de famille qui détermine la date du renouvellement. Si vous vous appelez M. Beaupré, vous devrez effectuer votre renouvellement en janvier; par contre, Mme Zellers effectuera sa démarche en novembre.

Les grands principes de l'immatriculation

Véhicule acquis d'un commerçant

Vous achetez un véhicule neuf.	le commerçant remplit un formulaire de demande d'immatriculation;
	vous devez remplir la déclaration d'assurance, la signer et vous présenter à un centre de services de la Régie de l'assurance automobile;
	vous devez payer vos droits d'immatriculation, la prime d'assurance et les droits de la Commission de transport du Québec, s'il y a lieu;
	on vous remettra une plaque, une vignette mensuelle (pour identifier votre mois de renouvellement) et annuelle ainsi qu'un certificat d'immatriculation;
	ou
	le commerçant vous remet un certificat d'immatriculation temporaire, valide pour 10 jours consécutifs et non renouvelable;
	ce document accompagné du formulaire de demande d'immatriculation vous permet de circuler avec le véhicule que vous venez d'acheter et de demander l'immatriculation à votre nom dans le délai prévu.
Vous cédez votre véhicule au commerçant sans en acquérir un nouveau.	vous devez endosser votre certificat d'immatriculation;
	le remettre au commerçant;
	vous présenter à un centre de services de la Régie avec votre plaque et un formulaire de demande d'immatriculation au nom du commerçant;
	on vous remettra une note de crédit.

Véhicule acquis d'un commerçant (suite)

Vous faites un échange de véhicule avec un commerçant.	vous devez conserver votre plaque d'immatriculation ; vous remettez votre certificat d'immatriculation endossé au commerçant ; vous vous présentez à un centre de services de la Régie avec le formulaire de demande d'immatriculation, remis par le commerçant, pour demander à la Régie de délivrer un nouveau certificat correspondant à votre nouveau véhicule.

Véhicule acquis d'un particulier

Vous achetez un véhicule d'un automobiliste.	vous devez vous présenter avec le vendeur à un centre de services de la Régie de l'assurance automobile ; le vendeur doit remettre sa plaque et son certificat d'immatriculation endossé.
Vous échangez votre véhicule avec celui d'un autre automobiliste.	vous devez tous les deux remettre à la Régie votre plaque accompagnée de votre certificat d'immatriculation endossé ; vous devez tous les deux demander une nouvelle immatriculation.
Vous devenez propriétaire d'un véhicule par suite d'un décès, d'une donation, d'un partage, d'une liquidation, d'une faillite de l'exercice d'un droit de reprise, d'une cession complète d'une entreprise ou d'une vente de justice.	vous devez remettre à la Régie le certificat d'immatriculation ; vous devez en demander un nouveau en acquittant les droits prescrits par le règlement.

Le poids, le prix et l'utilisation font la prime...

Ne soyez pas surpris si les coûts d'immatriculation de votre grosse Cadillac sont plus élevés que ceux de votre petite voiture, puisque les frais diffèrent selon le type et le poids du véhicule. L'usage et le lieu d'utilisation de votre automobile peuvent aussi faire hausser (ou baisser) le prix. Les coûts d'immatriculation versés annuellement comprennent les droits d'immatriculation, la contribution au régime de l'assurance automobile du Québec, les droits de délivrance du certificat et les droits de la Commission des transports, s'il y a lieu.

Votre voiture hiberne

Vous avez décidé de mettre cette merveilleuse Cadillac au chaud pour l'hiver? Vous faites d'une pierre deux coups: elle vous durera plus longtemps, et vous pourrez obtenir le remboursement d'une partie des sommes que vous avez versées pour les droits d'immatriculation. Vous devez vous rendre dans un centre de services de la Régie pour effectuer la transaction.

Pour plus d'information sur l'immatriculation, communiquez avec:

▶ **Régie de l'assurance automobile du Québec**
Immatriculation
Case postale 19 100
Québec (Québec)
G1K 8J1
Tél.: (514) 873-8526 (Montréal)
(418) 643-5650 (Québec)

L'assurance automobile obligatoire ou pas?

Une assurance corporelle? C'est auto...matique!

Que vous soyez conducteur, passager d'une automobile, cycliste, piéton, covoitureur, ou tout autre usager de la route et que vous soyez ou non responsable de l'accident, vous bénéficiez de la protection offerte par le régime public d'assurance automobile. Ainsi, depuis le 1er mars 1978, tout Québécois est indemnisé pour les dommages corporels résultant d'un accident d'automobile.

Administré par la Régie de l'assurance automobile du Québec, ce programme est financé par les droits perçus pour l'obtention des permis de conduire, les plaques d'immatriculation, une partie de la taxe sur les carburants et les intérêts gagnés par le placement des fonds accumulés.

Ce régime d'indemnisation, sans égard à la responsabilité, implique qu'il n'est plus nécessaire de déterminer le responsable de l'accident pour indemniser les victimes de dommages corporels. Le droit de recours aux tribunaux civils est donc aboli et remplacé par le droit à l'indemnisation. Bien entendu, les personnes qui conduisent dangereusement ou qui commettent des infractions au Code de la sécurité routière et au Code criminel peuvent être poursuivies.

Les indemnités versées par la Régie

Si vous êtes blessé dans un accident d'automobile, la Régie de l'assurance automobile vous versera une indemnité. S'il y a décès par suite des blessures subies lors de l'accident, l'indemnité sera accordée à la famille.

Ces indemnités ne sont ni saisissables (sauf dans le cas d'une pension alimentaire), ni imposables. Certaines pren-

nent la forme d'une rente payée à intervalles réguliers; les autres, la forme d'une indemnité forfaitaire, c'est-à-dire d'un montant global.

La Régie peut, selon le cas, vous verser une ou plusieurs des indemnités suivantes:

- une indemnité de remplacement du revenu;
- une indemnité pour le remboursement de certains frais occasionnés à la suite de l'accident (ex.: remplacement des vêtements portés au moment de l'accident, remboursement des frais médicaux, achat de prothèse, etc.);
- une indemnité forfaitaire relative aux dommages corporels et au préjudice esthétique permanents (pour les traces irréparables et permanentes de vos blessures);
- une indemnité pour la réadaptation;
- une indemnité de décès;
- une indemnité forfaitaire pour les frais funéraires.

Toutes les indemnités versées sous forme de rente ou de montant forfaitaire sont revalorisées le 1er janvier de chaque année, selon la formule employée par la Régie des rentes du Québec.

Vous n'êtes pas satisfait?

Vous jugez que la décision rendue par la Régie ne vous rend pas justice? Vous pouvez demander que votre dossier soit révisé. La demande de révision doit être faite, par écrit, dans les 60 jours suivant la décision rendue par la Régie. Cette demande doit contenir un exposé des motifs invoqués à l'appui de celle-ci et être accompagnée, autant que possible, des pièces justificatives appropriées. N'oubliez pas de signer votre demande.

Si, après la révision de votre dossier, vous êtes insatisfait de la deuxième décision rendue par la Régie, vous avez comme dernier recours la Commission des affaires sociales. La décision de la Commission est considérée comme finale.

Vous adressez votre demande à:

▶ **Commission des affaires sociales**

440, boul. Dorchester Ouest
6e étage
Montréal (Québec)
H2Z 1V7
Tél.: (514) 873-5643

1020, route de l'Église
2e étage
Sainte-Foy (Québec)
G1V 3V9
Tél.: (418) 643-3400

Le régime d'assurance automobile, pour tout... ou presque

Le régime d'assurance automobile du Québec couvre les dommages corporels survenus lors d'un accident de la route. Cependant, comme le dit si bien le dicton « L'exception fait la règle », certains types d'accidents sont exclus:

- un accident causé en dehors d'un chemin public par certains véhicules tels les tracteurs ou remorques de ferme, les motoneiges, les véhicules ou remorques d'équipement ou les autres véhicules destinés à circuler hors des chemins publics, sauf si l'accident implique un véhicule destiné à circuler sur les chemins publics;
- un dommage corporel causé par un appareil pouvant fonctionner indépendamment du véhicule auquel il est incorporé, quand ce véhicule est immobilisé dans un chemin public. Par exemple, des dommages corporels causés par une échelle de pompier équipant un camion d'incendie immobilisé dans une rue, ou s'il est immobilisé ou en mouvement dans un chemin privé;
- un accident survenu lors d'une course automobile ou d'une épreuve de vitesse sur un chemin fermé à la circulation, que les victimes soient conducteurs, passagers ou spectateurs. Il appartient à l'organisateur de la compétition ou aux participants de se procurer une police d'assurance appropriée auprès d'une compagnie privée pour garantir l'indemnisation des dommages corporels et matériels pouvant résulter d'un accident.

Si vous êtes victime d'un de ces accidents, vous n'avez pas droit aux indemnités prévues par le régime d'assurance automobile du Québec. Dans les deux premiers cas, les propriétaires des véhicules et des équipements concernés doivent contracter une assurance appropriée auprès d'une compagnie privée pour couvrir les dommages corporels et matériels causés par ceux-ci.

Une assurance pour les dommages matériels d'autrui, l'État l'oblige

Vous êtes obligé, selon la loi, de vous procurer une assurance responsabilité civile garantissant l'indemnisation des dommages matériels causés par votre automobile. Le minimum obligatoire est de 50 000 $.

Vous ne pourrez obtenir votre immatriculation si vous n'êtes pas en mesure de démontrer que vous souscrivez à une assurance responsabilité civile. Vous n'êtes toutefois pas obligé de vous assurer pour les dommages matériels que pourrait subir votre propre automobile.

Le régime d'assurance pour dommages matériels est administré par l'entreprise privée. Il est recommandé de comparer les prix et les conditions de quelques compagnies avant de signer le contrat d'assurance. Le montant de la prime à payer dépendra, bien sûr, du montant pour lequel vous souhaitez être assuré. Les autres facteurs qui entrent en ligne de compte sont votre âge, votre dossier antérieur, l'âge et le modèle de votre voiture, le nombre de personnes qui conduiront votre véhicule, etc.

Dans le cas d'un accident résultant d'au moins deux véhicules dont les propriétaires sont connus, chacun doit recourir à son propre assureur pour être indemnisé.

Pour mieux vous renseigner au sujet des assurances, consultez le Centre d'information du Bureau d'assurance du Canada à l'adresse suivante :

▶ **Centre d'information**
Bureau d'assurance du Canada
1001, boul. De Maisonneuve Ouest
Bureau 650
Montréal (Québec)
H3A 3C8
Tél. : (514) 288-6015
Sans frais : 1-800-361-5131

Que faire en cas d'accident ?

Commencez par le commencement

Si vous êtes impliqué dans un accident de la route :

- appelez la police afin de faire produire un rapport d'accident ;
- communiquez sans tarder avec l'un des Services d'accueil des réclamants de la Régie de l'assurance automobile en composant, sans frais, un des numéros suivants :
  - — pour la région de Montréal : 873-7620 ;
  - — pour la région de Québec : 643-7620 ;
  - — pour toutes les autres régions, sans frais : 1-800-361-7620.

Les Services d'accueil des réclamants sont ouverts du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 16 h 30.

La Régie vous fera parvenir les formulaires et la documentation nécessaires pour présenter une demande d'indemnité. En cas de besoin, vous pourrez obtenir gratuitement l'aide de la Régie et tous les renseignements qu'il vous faut pour bien préparer votre demande. Un représentant pourra même se rendre chez vous, ou à l'hôpital si vous êtes hospitalisé, pour vous aider à remplir vos documents. Vous avez trois ans, à la suite de l'accident pour présenter une demande. Cependant, moins vous tardez, plus il est facile pour vous de fournir les renseignements requis, et pour la Régie de traiter votre demande d'indemnité :

- communiquez avec votre assureur ou votre courtier d'assurance si vous avez subi des dommages matériels.

Le constat amiable, pour gagner du temps

Vous avez un rendez-vous urgent...
Vous faites les dernières courses avant de partir en voyage...
Vous prenez l'avion dans 2 heures...

C'est souvent dans ces circonstances, soit lorsque vous n'avez pas le temps et que vous êtes nerveux, que se produisent les accidents.

Vous savez combien il est important de se souvenir de tous les détails qui ont entouré la collision. Pour vous aider à faire un relevé des identités et des faits, le Groupement des assureurs automobiles a mis au point un formulaire intitulé: **« Constat amiable d'accident automobile »**.

Le constat amiable ne constitue pas une reconnaissance de responsabilité, mais un relevé des identités et des faits servant à l'accélération du règlement des conséquences de l'accident. Les deux conducteurs se mettent d'accord pour remplir le formulaire en suivant précisément les règles qui y sont données au verso. L'utilisation du constat amiable est facultative: rien ne vous y oblige.

Si vous voulez obtenir des renseignements à ce sujet ou si vous voulez recevoir un formulaire, communiquez avec votre représentant ou courtier d'assurance.

Le Fonds d'indemnisation de la Régie: « pour éviter les mauvaises surprises »

Qu'est-ce qui est pire qu'un accident d'automobile?

(Réponse) — Être victime d'un accident d'automobile dans lequel on est innocent et où le responsable est insolvable.

C'est justement pour éviter cette mauvaise surprise que la Régie de l'assurance automobile du Québec a constitué le Fonds d'indemnisation. Malgré le régime universel d'indemnisation des dommages corporels et l'obligation pour tout

propriétaire d'une automobile d'avoir une police d'assurance de responsabilité pour les dommages matériels, certaines victimes d'accidents d'automobile peuvent, dans des situations particulières, se trouver sans protection.

Dans ces circonstances, le Fonds d'indemnisation vient au secours, à certaines conditions, des victimes de dommages matériels et de dommages corporels qui ne peuvent bénéficier du régime.

Quelles sont ces conditions?

- s'il s'agit d'un accident avec dommages matériels causés à votre véhicule ou à un autre bien, vous devez répondre à l'une des exigences suivantes:
  - — vous avez obtenu un jugement en votre faveur d'une cour de justice québécoise, et ce jugement n'a pas été satisfait parce que le responsable de l'accident est insolvable ou insuffisamment protégé par une police d'assurance de responsabilité civile;
  - — il est impossible de découvrir l'identité du propriétaire ou du conducteur du véhicule qui a causé l'accident ou, en d'autres termes, lorsqu'il y a eu délit de fuite. (Les dommages corporels survenus dans les mêmes circonstances sont indemnisés en vertu du Régime);
- s'il s'agit d'un accident avec dommages corporels et matériels survenu hors d'un chemin public et causé par un tracteur de ferme, une motoneige, un véhicule d'équipement ou tout autre véhicule destiné à être utilisé en dehors d'un chemin public, vous devez répondre à l'une des exigences suivantes:
  - — vous avez obtenu en votre faveur un jugement qui n'a pas été satisfait parce que le responsable de l'accident est insolvable ou insuffisamment protégé par une police d'assurance de responsabilité civile;
  - — il est impossible de découvrir l'identité du propriétaire ou du conducteur du véhicule qui a causé l'accident.

Pour présenter une demande d'indemnité en vertu du Fonds d'indemnisation ou pour obtenir des renseignements supplémentaires, communiquez avec:

▶ **Régie de l'assurance automobile du Québec**

Direction du Fonds
d'indemnisation
1120, boul. Crémazie Est
Montréal (Québec)
H2P 2N3
Tél.: (514) 374-1550

Direction du Fonds
d'indemnisation
1134, chemin Saint-Louis
Sillery (Québec)
G1S 1E5
Tél.: (418) 643-7620

À l'extérieur du Québec, la Régie veille sur vous

Lors de votre dernier voyage aux États-Unis, vous avez subi des blessures dans un accident d'automobile. Vous vous inquiétez à propos des frais à payer?

Dormez en paix, car, même à l'extérieur de la province, le Régime d'assurance automobile du Québec vous protège. Que vous soyez ou non responsable de l'accident, vous avez droit aux mêmes indemnités qui vous auraient été versées si la collision avait eu lieu au Québec.

Toutefois, si vous êtes responsable de l'accident, vous êtes susceptible d'être poursuivi devant les tribunaux du lieu de l'accident pour les dommages corporels et matériels que vous avez causés. Vous êtes alors protégé par votre assurance de responsabilité civile obligatoire de 50 000 $ qui, dans ce cas, couvre à la fois les dommages matériels et les dommages corporels causés à autrui. Avant de partir en vacances, n'oubliez pas de vous assurer de façon adéquate.

Par ailleurs, si vous n'êtes pas responsable de cet accident, vous conservez vos droits de poursuite en vertu des lois en vigueur à l'endroit où a eu lieu l'accident et vous pouvez exercer ce droit si vous estimez pouvoir obtenir un excédent à l'indemnité que peut vous verser la Régie.

J'y vais ou j'y vais pas? L'état des routes vous le dira

***Les chemins sont-ils beaux?** C'est le secret de la météo*

Il arrive que notre bel hiver québécois vous cause des soucis, notamment lorsque vous aviez prévu utiliser votre automobile pour rendre visite à quelqu'un qui habite loin de la ville et que la température vous semble incertaine?

Ne partez pas à l'aveuglette et ne soyez pas victime de l'appréhension; vous savez qu'il peut être dangereux de s'aventurer sur nos routes en hiver. Un simple coup de fil au Service de renseignements sur l'état des routes vous précisera la situation. Si quelque chose ne va pas quelque part, ils vous le feront savoir!

Le Service de renseignements sur l'état des routes du ministère des Transports du Québec fonctionne du 15 novembre au 31 mars, 24 heures par jour, pour Québec et Montréal; ailleurs, soit dans 9 autres villes, il est en service du 15 novembre au 15 avril, 24 heures par jour.

Pour obtenir des renseignements sur l'état des routes, composez un des numéros de téléphone suivants:

- **Amos**
  (819) 732-3670
- **Chicoutimi**
  (418) 549-2966
- **Drummondville**
  (819) 478-4644
- **Gaspé**
  (418) 368-2389

- **Hull**
  (819) 776-0059
- **Montréal**
  (514) 873-4121
- **Québec**
  (418) 643-6830
- **Rimouski**
  (418) 722-3702
- **Rivière-du-Loup**
  (418) 862-7244
- **Sherbrooke**
  (819) 562-4738
- **Trois-Rivières**
  (819) 375-7334

Le transport en commun, « non, c'est pas cher »

En bateau, en avion, en autobus... vous avez l'embarras du choix

Le covoiturage : « Embarque on ira pas vite à... »

Avec la montée de l'essence, le covoiturage, ce mode de transport collectif privé, a connu une popularité croissante.

Certains le pratiquent de façon spontanée tels M. et Mme Bellerose et M. et Mme Sansoucy, qui partagent le même véhicule automobile pour se rendre à leur cours de natation. Cela économise l'essence, donc l'énergie, et votre portefeuille ne s'en porte que mieux.

Certains le pratiquent « professionnellement », en utilisant les services d'une agence qui organise le covoiturage tel « Covoiturage-Québec ».

Il s'agit d'un organisme privé sans but lucratif, subventionné par les deux ordres de gouvernement. Depuis sa création en 1982, « Covoiturage-Québec » a pour objectif de promouvoir et d'aider au développement du covoiturage. Il vise premièrement à permettre aux automobilistes de défrayer entièrement leurs frais de déplacement (essence, entretien de l'auto, etc.), tout en offrant la possibilité aux passagers de diminuer les leurs.

Le covoiturage: une aubaine!

Pour les courts trajets, les tarifs sont fixes (peu importe le nombre de passagers) et sont établis en fonction de la distance à parcourir. Pour les longues distances, les coûts varient avec le nombre de passagers.

Pour en savoir davantage ou pour faire un « bout de chemin », contactez:

Allo Stop

▶ **Montréal:**
Service de
Covoiturage-Québec
4317, rue Saint-Denis
2e étage
Montréal (Québec)
H2J 2K9
Tél.: (514) 282-0121

▶ **Québec:**
Service de
Covoiturage-Québec
467, rue Saint-Jean
Québec (Québec)
G1R 1P3
Tél.: (418) 522-0056

Le taxi... c'est parfois gratuit

Vous suivez un traitement médical;
votre état de santé ne vous permet pas d'utiliser un transport en commun;
et par surcroît vos « finances sont limitées ».

Informez-vous!

Le Département de santé communautaire (D.S.C.) de votre hôpital et le Service de bien-être social vous offrent, sur recommandation médicale, des laissez-passer pour utiliser gratuitement un service de taxi pour vous rendre à l'hôpital. On vous remettra un formulaire d'admissibilité qui devra être rempli par votre médecin traitant.

Des réductions alléchantes...

Bénéficiaire	Réductions accordées	Exigences	Pour information
Personnes âgées de 65 ans et plus	**Communauté urbaine de Montréal** (C.T.C.U.M.) 50 % de rabais sur présentation de la carte de la C.T.C.U.M.	Présenter la carte de la C.T.C.U.M. La carte est gratuite.	Informez-vous à la C.T.C.U.M. dont l'adresse est mentionnée dans les pages suivantes.
	Communauté urbaine de Québec (C.T.C.U.Q.) Gratuité totale sauf aux heures de pointe où il y a 50 % de réduction sur le tarif régulier.	Présenter la carte de la C.T.C.U.Q. qui est en vente à 2,50 $.	Informez-vous à la C.T.C.U.Q. dont l'adresse est mentionnée dans les pages suivantes.
	Commission de transport de Laval 35 % du tarif régulier.	Présenter la carte de la C.T.L. qui est en vente à 2,50 $.	Informez-vous à la C.T.L. dont l'adresse est mentionnée dans les pages suivantes.
	Diffère d'une compagnie à une autre, un minimum de 25 % du prix régulier est accordé.	Présentez la carte « bleue » ou celle d'un club de l'âge d'or.	Informez-vous à la compagnie de transport de votre localité, dont vous trouverez la liste plus loin.

▶ **Commission intermunicipale de transport des Forges** (C.I.T.F.)
530, rue des Érables
Cap-de-la-Madeleine (Québec)
G8T 7V8
Tél.: (819) 373-4533

adresse postale:
C.P. 696
Trois-Rivières (Québec)
G9A 5J3

▶ **Commission de transport de Laval** (C.T.L.)
1215, boulevard Labelle
Laval (Québec)
H7V 2V8
Tél.: (514) 688-6520

▶ **Commission de transport de la communauté urbaine de Montréal** (C.T.C.U.M.)
159, rue Saint-Antoine Ouest
Montréal (Québec)
H2Z 1H3
Tél.: (514) 877-6080

▶ **Commission de transport de la Rive-Sud de Montréal** (C.T.R.S.M.)
1000, rue De Sérégny
Bureau 150
Longueuil (Québec)
J4K 5B1
Tél.: (514) 463-1666

▶ **Commission de transport de la communauté régionale de l'Outaouais** (C.T.C.R.O.)
Parc industriel Richelieu
111, rue Jean-Proulx
Hull (Québec)
J8Z 1T4
Tél.: (819) 770-7900

▶ **Commission de transport de la communauté urbaine de Québec** (C.T.C.U.Q.)
720, rue des Rocailles
Charlesbourg (Québec)
G2J 1A5
Tél.: (418) 627-2351

▶ **Commission intermunicipale de transport de la Rive-Sud de Québec** (C.I.T.R.S.Q.)
178, rue Saint-Laurent
Lévis (Québec)
G6V 3V8
Tél.: (418) 837-2401

▶ **Commission intermunicipale de transport Saguenay** (C.I.T.S)
1330, rue Bersimis
Chicoutimi (Québec)
G7H 5B7
Tél.: (418) 543-3344

▶ **Commission municipale de transport de Sherbrooke** (C.M.T.S.)
895, rue Cabana
Sherbrooke (Québec)
J1K 2M3
Tél.: (819) 564-2687

Bénéficiaire	Réductions accordées	Exigences	Pour information
Personnes âgées de 60 ans et plus.	**Compagnie Voyageur*:** réduction de 33 % sur le tarif normal, en tout temps; l'accompagnateur d'une personne handicapée est admis gratuitement; possibilité pour les ainés de monter dans l'autobus avant les autres passagers; cependant, il faut le mentionner à l'achat du billet; pour les groupes de 10 personnes et plus, il faut réserver un jour à l'avance.	Carte d'identité	*À Montréal:* 505, boul. De Maisonneuve (Coin Berri) Montréal (Québec) H2L 1Y4 Tél.: (514) 842-2281 *-À Québec:* 225, boul. Charest Est Québec (Québec) G1K 3G9 Tél.: (418) 524-4692
	Les autres compagnies d'autobus offrent des réductions minimum de 25 %.		Consultez votre annuaire téléphonique dans les pages jaunes, sous la rubrique « Autobus-Service ».

* Les tarifs exigibles par la Compagnie Voyageur sont sujets à changements et soumis à l'approbation de la Commission des transports du Québec avant d'être mis en vigueur.

Bénéficiaire	Réductions accordées	Exigences	Pour information
Personnes âgées de 60 ans et plus.	**Via Rail :** réduction de 33 % sur le tarif normal, 7 jours par semaine ; les groupes de 30 personnes et plus peuvent bénéficier gratuitement d'un accompagnateur ; possibilité pour les aînés de monter dans le train avant les autres passagers ; il y a des endroits aménagés pour les fauteuils roulants ; l'accompagnateur d'une personne handicapée est admis gratuitement.	Carte d'identité	Communiquez avec la gare de votre localité, vous trouverez le numéro de téléphone dans votre annuaire téléphonique sous l'appellation « Via Rail ».

Bénéficiaire	Réductions accordées	Exigences	Pour information
Personnes âgées de 65 ans et plus.	**Québecair :** réduction, en tout temps, de 25 % sur les tarifs normaux lorsqu'il y a réservation ; l'accompagnateur assume le coût de son billet.	Carte d'identité	Communiquez à : Relations publiques Québecair 100, boul. Alexis-Nihon 7e étage Ville Saint-Laurent (Québec) H4L 5C3 Tél. : (514) 747-5500 Sans frais : 1-800-361-3281

Bénéficiaire	Réductions accordées	Exigences	Pour information
Personnes âgées de 65 ans et plus	**Air Canada :** réduction de 65 % accordée sur les vols effectués au Canada dans les cas où les réservations sont faites 14 jours à l'avance ; l'accompagnateur assume le coût de son billet ; une attention spéciale est accordée aux personnes handicapées, mentionnez-le lors de la réservation ; l'accompagnateur d'une personne handicapée bénéficie d'une réduction de 50 % sur les tarifs normaux.	Carte d'identité	Communiquez à l'un des bureaux de réservation d'Air Canada.
Personnes âgées de 65 ans et plus	**C.P. Air :** réduction de 25 % accordée sur les vols effectués au Canada (sur réservation seulement) ; l'accompagnateur paie le tarif normal.		Consultez l'annuaire téléphonique de votre région à « C.P. Air bureau de réservation ». L'accès à ces lignes est gratuit partout au Québec.

Bénéficiaire	Réductions accordées	Exigences	Pour information
Personnes âgées de 65 ans et plus.	La majorité des compagnies aériennes offrent des réductions sur les billets.		Contactez les compagnies qui desservent l'aéroport de votre localité ou un agent de voyages.
Personnes âgées de 60 ans et plus.	**Nordair :** réduction, en tout temps, de 40 % sur les tarifs normaux de la classe économique ; réduction de 65 % sur les tarifs excursion, soit lorsqu'il y a réservation 14 jours à l'avance ; l'accompagnateur assume le coût de son billet ; une attention spéciale est accordée aux personnes handicapées, mentionnez-le lors de la réservation.		Communiquez à l'un des bureaux de réservation de Nordair : Montréal : (514) 636-7670 Banlieue de Montréal : 486-3875 Appels interurbains (sans frais) : 1-800-361-6735

Bénéficiaire	Réductions accordées	Pour information
Personnes âgées de 65 ans et plus.	**Sorel/Saint-Ignace et Québec/Lévis** le tarif est de 0,55 $	Traverse Sorel/Saint-Ignace de Loyola. Pour renseignements: 2, rue Élisabeth Sorel (Québec) J3P 4G2 Tél.: (514) 743-3258 121, rue de la Traverse Saint-Ignace-de-Loyola J0K 2P0 Tél.: (514) 836-4600
Titulaire d'un laissez-passer	gratuit	Traverse Québec/Lévis Siège social: pour renseignements concernant les horaires et les tarifs Société des traversiers du Québec 109, rue Dalhousie C.P. 36, Station B Québec (Québec) G1K 7A1 Tél.: (418) 643-2019 *ou* Gare maritime de Québec Place Marché Champlain Québec (Québec) Tél.: (418) 643-8420 (Jour) *ou* pour horaire seulement: 24 heures par jour à Québec: (418) 692-0550 à Lévis: (418) 837-2408

Bénéficiaire	Réductions accordées	Pour information
Personnes âgées de 65 ans et plus.	**Île aux Coudres/ Saint-Joseph-de-la-Rive** le tarif est de 0,55 $	Traverse île aux Coudres/ Saint-Joseph-de-la-Rive Gare Maritime Saint-Bernard Île aux Coudres G0A 3J0 Tél.: (418) 438-2743
Titulaire d'un laissez-passer.	gratuit	
Personnes âgées de 65 ans et plus.	**Île aux Grues/ Montmagny** le tarif est de 0,55 $	Traverse île aux Grues/ Montmagny Navigation Lavoie inc. Île aux Grues Comté de Montmagny G1R 1P0 Tél.: (418) 248-6869
Titulaire d'un laissez-passer.	gratuit	
Personnes âgées de 65 ans et plus.	**Matane/ Baie-Comeau Matane/Godbout** le tarif aller-retour pour le même jour: 4,50 $; pour un passage simple: 3,25 $	Il est recommandé de faire votre réservation (pour un coût minimal) sept jours à l'avance si vous voulez faire transporter votre véhicule à la traverse Matane/Baie-Comeau/Godbout. Vous n'avez qu'à composer un des numéros de téléphone suivants: (418) 562-6344 (d'un poste local) 1-800-252-2420 (d'un poste régional)
Titulaire d'un laissez-passer.	ne s'applique pas	
Personnes âgées de 65 ans et plus.	**Tadoussac/Baie-Sainte-Catherine** Cette traverse offre la *gratuité totale* pour le transport des passagers et des véhicules.	Société des traversiers du Québec Division Bas-Saint-Laurent C.P. 520 Matane-sur-Mer (Québec) G4W 3P5 Tél.: 562-6155

Bénéficiaire	Réductions accordées	Pour information
Personnes âgées de 65 ans et plus.	**La navire Madeleine** pour le transport de Montréal / Îles de la Madeleine Le tarif préférentiel accordé est de 50 % du tarif régulier	Coopérative de transport maritime et aérien (C.T.M.A.) Pour information : Montréal : (514) 527-8361 Québec : (418) 653-5162
Personnes âgées de 65 ans et plus.	La plupart des traversiers administrés par l'entreprise privée offrent une réduction de 25 % sur les tarifs réguliers.	

** Les laissez-passer et les vignettes sont renouvelables annuellement au coût de 5 $. On les obtient en se présentant en personne aux différents bureaux de la Société des traversiers, mentionnés plus haut.

Pour connaître la liste des tarifs de tous les traversiers du Québec, procurez-vous la brochure « Traversiers, Croisières, Excursions en eau vive » offerte gratuitement par l'Office de Tourisme du Canada.

Pour information, communiquez :

▶ **à Montréal :**
Office de tourisme du Canada
800, place Victoria
12e étage, Bureau 1233
Tour de la Bourse
C.P. 247
Montréal (Québec)
H4Z 1E8
Tél. : (514) 283-6402
Sans frais : ZÉNITH 03200

▶ **à Québec :**
Office de tourisme du Canada
220, Grande-Allée Est
Bureau 820
Québec (Québec)
G1R 2J1
Tél. : (418) 694-2201
Sans frais : ZÉNITH 03200

Le transport adapté

Si vous êtes atteint d'une déficience physique ou mentale qui limite votre mobilité, votre capacité ou votre autonomie et vous empêche d'utiliser le transport en commun régulier, peut-être pouvez-vous bénéficier d'un transport adapté aux personnes handicapées.

Pour présenter une demande de service ou pour obtenir plus d'information, communiquez avec :

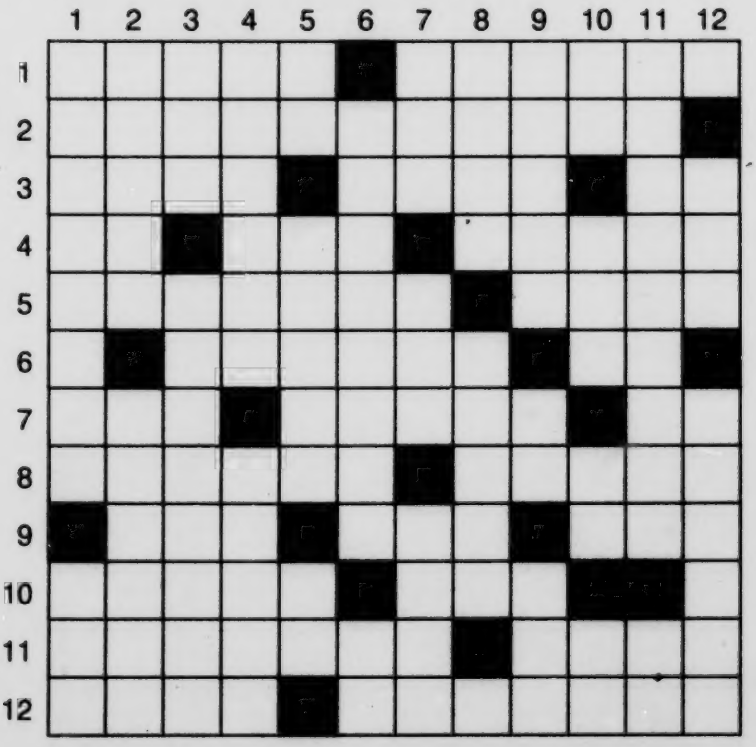
- votre municipalité ; ou
- le Centre local de services communautaires (C.L.S.C.) de votre localité ; ou
- si vous habitez dans un grand centre urbain, contactez la Commission de transport qui dessert votre ville. Vous trouverez la liste des commissions en question dans les pages précédentes.

CHOIX DE PUBLICATIONS

Titre	Prix
[illegible]	8,00 $
[illegible]	2,00 $
[illegible]	7,00 $
[illegible]	9,95 $

[illegible]

Mots croises



HORIZONTALEMENT

1 — Empire insulaire de l'Asie orientale — Faire des stries sur.
2 — Étendraient.
3 — Vase — Mot hébreu sign. ainsi soit-il — Pronom pers.
4 — Issu — Qui n'a pas de résonance — Nom vulgaire du salpêtre.
5 — Oter la poussière — Époques.
6 — Séparer — Conjugaison.
7 — Condiment — Sa capitale est Niamey — Reçoit l'Irtych.
8 — Édifice où se réunissent les fidèles — Qui contribue à la santé.
9 — Écrivain suisse (1857-1910) — Homme avare — Se permit de.
10 — Niais — Venue au monde.
11 — Ouvrage qui rapporte les événements année par année — Irritant au goût.
12 — Concret — Changées de place.

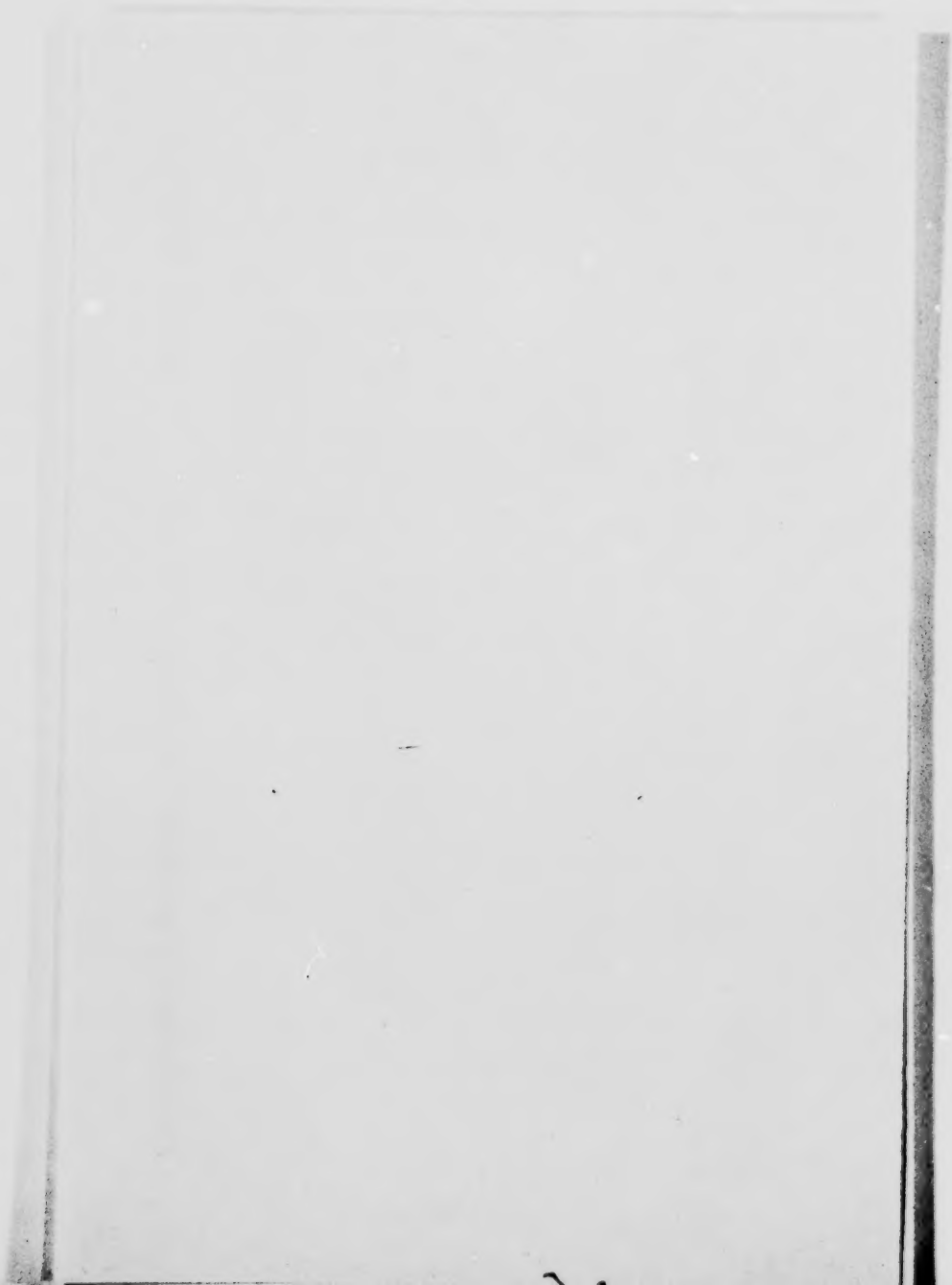
VERTICALEMENT

1 — Les jeunes gens — On y boit.
2 — Foyers — Détache le grain de l'épi.
3 — Conifère — Trace des sillons.
4 — Prière — Parfait.
5 — Négation — Du verbe avoir — Thallium.
6 — Tringle disposée le long d'un établi pour y placer les outils — Infinitif.
7 — Oncle d'Amérique — Au Sahara, désert de pierrailles — Partie de panier.
8 — Poss. — Résultat d'une soustraction.
9 — Désavoue — Radium — Pluie.
10 — Préfixe — Triage — Fille d'Inachos — Marque la chose que l'on désigne.
11 — Allongerons — Grand dieu solaire.
12 — Article — Qui expriment le contentement de soi.

CHAPITRE

9

Le travail



Maintenant, à vous de choisir! **300**
L'âge de la retraite... 60, 65, 70 ans 300
On vous remercie « pour vos bons et loyaux services »... Est-ce légal? 302
Certains ambitionnent sur « votre » pain bénit 304
Pour frapper à la bonne porte... un service de placement **306**
L'instigateur d'un projet? Pourquoi pas! **307**
Vers de « Nouveaux horizons »... 308
Vos talents d'artisans pourraient être reconnus **310**
Un travail qui paie au centuple: le bénévolat **311**
Il y a quelque part quelqu'un qui a besoin de vous 311

Maintenant, à vous de choisir!

L'âge de la retraite... 60, 65, 70 ans

Dorénavant, l'âge de votre retraite est à votre entière discrétion. N'êtes-vous pas la meilleure personne pour juger de l'état de vos capacités au travail?

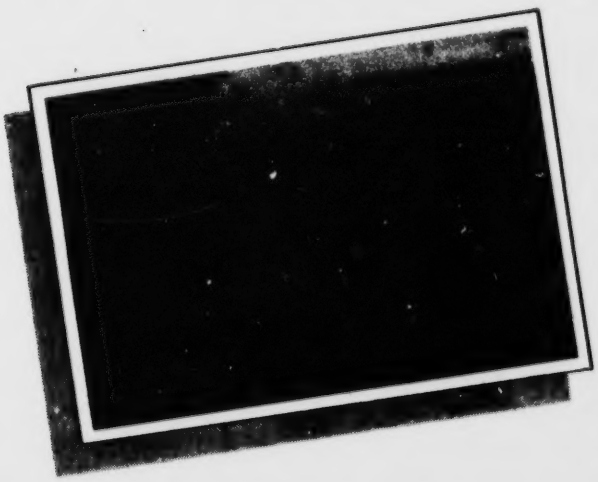
Vous êtes âgé de 60 ans et vous désirez profiter de la vie... c'est permis.
Vous êtes âgé de 65 ans et vous jugez avoir encore beaucoup à accomplir dans votre travail... c'est permis.
Vous êtes âgé de 70 ans et vous croyez que la vie c'est le travail, le travail, le travail... c'est permis.

L'abolition de la retraite obligatoire

La Loi sur l'abolition de la retraite obligatoire et modifiant certaines dispositions législatives[1], sanctionnée en 1982, avait pour objet l'abolition de la retraite obligatoire. Tout en préservant le droit de prendre volontairement votre retraite à l'âge dit « normal de la retraite » (65 ans ou après 35 ans de service, par exemple), cette loi vous permet de demeurer au travail malgré que vous ayez atteint cet âge. Ce droit s'applique à tous les travailleurs du Québec, qu'ils participent à un régime de retraite privé ou public ou qu'ils ne participent à aucun régime.

---

1. Loi sur l'abolition de la retraite obligatoire et modifiant certaines dispositions législatives, (L.Q., 1982, c. 12).



Toutefois, vous ne pouvez retarder l'âge de votre retraite si:

- vous exercez la fonction de pompier (exclusivement);
- vous êtes membre de la Sûreté du Québec;
- vous êtes déjà en préretraite (dans certains cas).

Votre rente[1]... vous avez le dernier mot.

Pour les questions relatives à votre retraite, vous êtes le maître d'oeuvre. Vous choisissez « quand » et « comment ». Il vous revient de déterminer le moment de perception de votre rente de retraite en tenant compte toutefois des modalités inscrites à votre contrat. Si vous cessez de travailler, vous pourrez la percevoir immédiatement, et si vous choisissez de demeurer au travail, le paiement en sera différé. Cette rente sera revalorisée au moment de la prise de votre retraite.

1. Nous ne faisons pas référence aux prestations versées en vertu du Régime de rentes du Québec ou aux pensions de vieillesse fédérales (*Loi sur la sécurité de la vieillesse*, S.R.C., c. O-6), mais aux rentes versées en vertu d'un régime de rentes auquel contribuent l'employeur et le salarié.

Si vous avez décidé de continuer à travailler, mais que vous avez opté pour le temps partiel ou que vous assumez d'autres fonctions qui entraînent une diminution de salaire, vous pouvez exiger le paiement de votre rente, en tout ou en partie, pour compenser cette réduction de salaire. De plus, si vous vous entendez avec votre employeur et si votre régime supplémentaire de rentes le prévoit, vous pouvez même toucher la totalité de votre rente, peu importe le montant à combler.

On vous remercie « pour vos bons et loyaux services »... Est-ce légal?

On vous a congédié? Savez-vous que pour certains motifs, le congédiement est illégal?

En vertu de la *Loi sur les normes du travail* (L.R.Q., c. N-1.1), vous avez droit de recours et vous pouvez porter plainte si votre employeur vous a congédié parce que vous avez atteint l'âge normal de la retraite. Vous pouvez aussi porter plainte si vous êtes congédié pour une des raisons suivantes:

- pour éviter l'application de la *Loi sur les normes du travail* (L.R.Q., c. N-1.1);
- parce que vous aviez exercé un droit résultant de cette loi;
- parce que vous faisiez l'objet d'une saisie-arrêt;
- parce que vous aviez témoigné dans une poursuite se rapportant à l'application des normes ou parce que vous aviez fourni des renseignements à la Commission des normes du travail.

Nul ne peut vous congédier pour un de ces motifs: c'est illégal.

Par ailleurs, si vous avez 5 ans de service continu et que vous croyez avoir été congédié sans une cause juste et suffisante, vous pouvez porter plainte à la Commission des normes du travail lorsque vous ne pouvez exercer d'autres recours contre votre employeur.

Comment présenter une plainte?

Pour vous prévaloir de votre droit de recours, vous devez transmettre votre plainte par écrit au commissaire général du travail ou à la Commission des normes du travail, dans un délai de 90 jours si vous croyez que votre congédiement, suspension ou mise à la retraite a pour motif le fait que vous ayez atteint l'âge de la retraite. Le délai pour soumettre votre plainte n'est cependant que de 30 jours si vous croyez avoir été congédié, suspendu ou déplacé pour un autre motif que ceux qui sont énoncés ou si vous portez plainte pour un congédiement fait sans cause juste et suffisante (dans ce dernier cas, vous ne pouvez soumettre votre plainte qu'à la Commission des normes du travail).

Le fardeau de la preuve

Il appartiendra à votre employeur de prouver que le congédiement a été effectué pour un motif autre que ceux qui sont mentionnés plus haut et pour une cause juste et suffisante. Si votre employeur ne réussit pas à faire cette preuve, le commissaire général du travail ou l'arbitre, selon le cas, pourra ordonner votre réintégration et le versement, à titre d'indemnité, d'une somme équivalente au salaire et aux avantages dont vous a privé le congédiement.

Pour obtenir des renseignements supplémentaires ou pour recevoir les publications que la Commission des normes du travail met à votre disposition, présenter votre demande à la:

▶ **Commission des normes du travail**
Direction des communications
750, boul. Charest Est, 2e étage
Québec (Québec)
G1K 7Z5
Tél.: (418) 643-8742

ou à l'un des bureaux suivants:

▶ **Baie-Comeau**
896, rue Leventoux
C.P. 95
Baie-Comeau (Québec)
G5C 1K1
Tél.: (418) 589-9931

▶ **Hull**
717, boul. Saint-Joseph
C.P. 144, Succ. A
Hull (Québec)
J8Y 4B6
Tél.: (819) 771-6259

▶ **Jonquière**
3950, boul. Harvey Est
Jonquière (Québec)
G7X 8L6
Tél.: (418) 547-6689
ou 547-9366

▶ **Lévis**
2, place Tanguay
Lévis (Québec)
G6V 6W8
Tél.: (418) 833-6194

▶ **Matane**
235, avenue Saint-Jérôme
Bureau 301
Matane (Québec)
G4W 3A7
Tél.: (418) 562-2010

▶ **Montréal**
2, complexe Desjardins
C.P. 730
Montréal (Québec)
H5B 1B8
Tél.: (514) 873-7061

▶ **Québec**
210, boul. Charest Est
6e étage
Québec (Québec)
G1K 3H1
Tél.: (418) 643-4940

▶ **Rouyn**
33, rue Gamble Ouest
Rouyn (Québec)
J9X 2R3
Tél.: (819) 762-0867

▶ **Sherbrooke**
112, rue Wellington Sud
Sherbrooke (Québec)
J1H 5C7
Tél.: (819) 565-0441

▶ **Trois-Rivières**
140, rue Saint-Antoine
Bureau 202
Trois-Rivières (Québec)
G9A 5N6
Tél.: (819) 374-4661

Certains ambitionnent sur « votre » pain bénit

En deux mots: *trop, c'est trop.*

Vous vous êtes « tué à la tâche » et pourtant on refuse, en raison de votre âge, de vous accorder un salaire égal à vos confrères qui assument les mêmes responsabilités que vous. Voilà de la discrimination.

La Commission des droits de la personne peut vous aider

Vous pouvez déposer une plainte à la Commission des droits de la personne. Elle détient les pouvoirs d'enquête dans les cas de discrimination et d'exploitation à l'égard des personnes âgées.

Lorsqu'elle reçoit une plainte, elle enquête et vérifie d'abord si cette plainte est fondée. Ensuite, elle tente d'amener les parties à régler leur différend par la médiation. Si la médiation n'est pas possible, la Commission formule alors des recommandations fermes; par exemple, la cessation de l'acte reproché, le paiement d'une indemnité.

Enfin, si les recommandations ne sont pas suivies dans le délai fixé, la Commission peut, avec votre consentement écrit, s'adresser au tribunal en vue d'obtenir une injonction contre la personne en défaut. (Vous pouvez aussi choisir d'exercer vous-même ces recours).

Si vous voulez porter plainte ou si vous avez besoin de renseignements supplémentaires, adressez vous à la:

▶ Commission des droits de la personne du Québec

360, rue Saint-Jacques
Montréal (Québec)
H2Y 1P5
Tél.: (514) 873-5146

1279, boul. Charest Ouest
7e étage
Québec (Québec)
G1N 4K7
Tél.: (418) 643-1872

sans frais: 1-800-361-6477 (partout ailleurs)

ou

si vous croyez avoir été victime de discrimination de la part d'un ministère ou d'une agence du gouvernement fédéral, ou encore de la part de tout employeur soumis à la compétence fédérale, vous pouvez porter plainte auprès de la Commission canadienne des droits de la personne à l'adresse suivante:

▶ **Commission canadienne des droits de la personne**
1253, av. McGill College
Bureau 330
Montréal (Québec)
H3B 2Y5
Tél. : (514) 238-5218 (à frais virés)

ou

s'il s'agit de questions salariales, vous pouvez communiquer avec l'un des bureaux de la Commission des normes du travail dont la liste des adresses a été mentionnée précédemment.

Pour frapper à la bonne porte... un service de placement

Vous cherchez un emploi? Vous ne savez pas par quel bout commencer? Vous avez besoin d'être orienté? Les centres Travail-Québec et les Centres d'emploi du Canada peuvent vous aider.

Centres Travail-Québec

Les centres Travail-Québec sont répartis sur tout le territoire québécois. Ils constituent un vaste réseau relevant du ministère de la Main-d'oeuvre et de la Sécurité du revenu. Ces centres favorisent l'accès au marché du travail pour toute personne qui est en mesure de travailler. En plus de vous offrir des services d'orientation, les centres Travail-Québec vous proposent un ensemble de programmes créés par le gouvernement du Québec dans le but de favoriser l'accès au marché du travail. Pour obtenir des renseignements sur les différents programmes offerts ou pour rencontrer un agent de placement, communiquez avec le centre Travail-Québec le plus près de chez vous, dont le numéro figure dans votre annuaire téléphonique, ou informez-vous dans un bureau de Communication-Québec, dont vous trouverez la liste à l'annexe I du *Guide*.

Centres d'emploi du Canada

Les Centres d'emploi du Canada mettent à votre disposition un éventail de programmes de création d'emploi ainsi que des services tels que des renseignements sur les emplois disponibles, un service d'orientation, des tests d'aptitudes, etc. Pour obtenir plus d'information sur les programmes ou sur les services offerts, communiquez avec le Centre d'emploi du Canada de votre localité, dont vous trouverez le numéro de téléphone dans l'annuaire téléphonique.

L'instigateur d'un projet? Pourquoi pas!

Depuis longtemps, vous cogitez une idée « du tonnerre »: écrire la « p'tite » histoire de votre village qui est maintenant centenaire. Vous avez toute l'énergie et les ressources humaines nécessaires pour mettre sur pied ce projet. Un seul obstacle... l'argent, toujours l'argent!

Laissez libre cours à vos talents d'écrivain ; votre problème est quasi résolu, puisque le programme « Nouveaux Horizons » peut vous aider. Ce programme fédéral vise à encourager des personnes à la retraite, comme vous, à mettre en commun leur savoir-faire, leurs talents et leur expérience dans des projets auxquels eux-mêmes et d'autres membres de leur collectivité sont appellés à participer. Des contributions financières vous sont versées afin de vous permettre de vous retrouver en participant à des activités que vous planifiez et organisez vous-mêmes.

Vers de « Nouveaux Horizons »...

Votre projet peut être l'idée d'une seule personne, mais un groupe comptant au moins dix membres devra accepter d'assumer la responsabilité de la gestion du projet et l'administration de ces fonds. La majorité des administrateurs doivent être âgés de 60 ans et plus et avoir quitté définitivement le marché du travail.

Les subventions peuvent servir à lancer de nouvelles activités ou à élargir les activités existant déjà au sein de la collectivité. Vous pouvez les utiliser pour couvrir les dépenses liées à la planification, à l'organisation et à la mise en oeuvre de votre projet, comme le loyer, les installations, le mobilier et l'équipement, le matériel et les fournitures. Cependant, elles ne doivent pas servir à rémunérer les administrateurs ou les bénéficiaires des projets. Les subventions du programme « Nouveaux Horizons » vous fournissent, en fait, les fonds nécessaires pour mettre votre projet en marche, mais c'est par votre propre travail bénévole que vous assurerez la poursuite de vos activités.

L'avenir de votre « projet »

Il n'en tient qu'à vous et à vos confrères de faire fructifier votre « idée ». Votre métier d'écrivain peut se perpétuer...

Les subventions sont accordées pour une période maximale de 18 mois. Vous êtes encouragés à planifier la prolongation

de votre projet après l'échéance du financement en exigeant des frais d'adhésion, en cherchant à obtenir des dons, en organisant des campagnes de financement, en demandant l'aide de la collectivité ou autrement. Les groupes qui prennent plus de temps à parvenir à l'autonomie financière ou à trouver d'autres ressources de fonds peuvent bénéficier d'une seconde subvention, réduite, pour une période supplémentaire pouvant aller jusqu'à 18 mois.

Vous avez un projet en tête ou vous désirez obtenir plus de renseignements? Adressez-vous au bureau régional responsable du programme « Nouveaux Horizons ». Le personnel qui y travaille se fera un plaisir de vous rencontrer afin de discuter de vos idées et vous aider à préparer votre demande, y compris votre budget. Les bureaux régionaux reçoivent les demandes à n'importe quel moment de l'année.

▶ **Programme « Nouveaux Horizons »**

Complexe Guy-Favreau
200, boul. Dorchester Ouest
Tour Est, bureau 212
Montréal (Québec)
H2Z 1X4
Tél. : (514) 283-7306

1, parc Samuel-Holland
Bureau 148
Québec (Québec)
G1S 4P2
Tél. : (418) 694-4314

Vos talents d'artisans pourraient être reconnus

Les associations régionales d'artisans

Les associations régionales d'artisans professionnels peuvent devenir des organismes-ressources pour vous si vous désirez oeuvrer dans l'artisanat du loisir. Vous y trouverez certainement une source infinie d'informations physiques, techniques et documentaires, quelle que soit la discipline de votre choix.

Pour devenir membre d'une association d'artisans, vous devez faire évaluer votre dossier auprès de l'association concernée, au coût de 20 $. On évalue les candidatures à partir des critères suivants: esthétique, créativité, originalité, finition, implication de l'artisan dans son milieu.

Chaque membre doit débourser une cotisation annuelle de 105 $. Cela lui permet de bénéficier de cours de formation, de centres de documentation, d'une assurance-salaire, de services de mise en marché des produits ainsi que de participer à différents salons tels: le Salon des artisans, Plein-Art.

▶ **Association des artisans de ceinture fléchée du Québec**
1415, rue Jarry Est
Montréal (Québec)
H2E 2Z7
Tél.: (514) 374-4700
poste 452

▶ **Administration régionale Crie**
1500, chemin Sullivan
Val-d'Or (Québec)
J9P 1M1
Tél.: (819) 825-3402

▶ **Corporation des artisans de Québec**
41, rue Sous-le-Fort
Québec (Québec)
G1K 4G9
Tél.: (418) 694-0260

▶ **Corporation des métiers d'art de l'Abitibi-Témiscamingue**
35, av. Principale
Rouyn, (Québec)
J9X 4N8
Tél.: (819) 762-5227

▶ **Métiers d'art des Cantons-de-l'Est, inc.**
244, rue Dufferin
Sherbrooke (Québec)
J1H 4M4
Tél.: (819) 566-1966

▶ **Corporation des métiers d'art Côte-Nord, inc.**
252, boul. La Salle
Baie-Comeau (Québec)
G5C 1S8
Tél.: (418) 296-6140

▶ **Corporation des métiers d'art du Saguenay — Lac-Saint-Jean**
400, rue Racine Est
Chicoutimi (Québec)
G7H 1T4
Tél.: (418) 549-5196

▶ **Maquam**
3702, rue Saint-Denis
Montréal (Québec)
H2X 3L7
Tél.: (514) 849-2133

Un travail qui paie au centuple: le bénévolat

Il y a quelque part quelqu'un qui a besoin de vous

De plus en plus, le bénévolat gagne en force et en efficacité. De nos jours, lorsqu'on fait du bénévolat, on n'a plus l'impression de faire la charité. On rend service par besoin d'enrichissement personnel, pour briser son propre isolement, pour sortir de soi, et on y gagne au change.

Comment devenir bénévole

Vous désirez offrir un peu de votre temps? Vous voulez servir une bonne cause? Faites du bénévolat!

Pour devenir bénévole, vous pouvez vous adresser:

- au Centre de bénévolat de votre région. Vous trouverez la liste à l'annexe III du *Guide*; ou
- à l'Association des centres de bénévolat; ou
- aux autres organismes bénévoles de votre localité.

Des Centres de bénévolat existent dans la plupart des régions du Québec. Ils oeuvrent surtout dans le domaine social en fournissant aux personnes dans le besoin divers services tels que: popotes roulantes, dépannage, visites amicales, information et référence. Ils vous renseigneront sur les organismes bénévoles et vous aideront à choisir une activité correspondant à vos goûts et aptitudes.

S'il n'y a pas de Centre de bénévolat dans votre localité, vous pouvez communiquer avec:

▶ **Fédération des centres de bénévolat du Québec**
1795, rue Saint-Hubert
Montréal (Québec)
H2L 3Z1
Tél.: (514) 524-7515

Des cours de bénévolat

Il existe même des cours sur le bénévolat! On est de plus en plus conscient de l'importance du travail accompli par les bénévoles et nombre de ceux-ci reçoivent une formation adaptée au type de clientèle de l'institution où ils exercent

leur activité. Ces cours sont offerts gratuitement par les Centres de bénévolat et par l'Association des centres de bénévolat.

Il y a aussi la Télé-Université, qui offre le cours « La Gestion d'organismes bénévoles ». Il a pour but de permettre aux bénévoles de réinvestir leurs apprentissages dans leur travail quotidien en tant que: membres d'un conseil d'administration, bénévoles responsables de la réalisation de projets, bénévoles responsables de la direction ou de l'animation de groupe de travail. Aucun niveau d'étude particulier n'est exigé pour s'incrire. Pour connaître toutes les modalités relatives à ce cours, adressez-vous à:

▶ **Télé-Université**
Service d'accueil et de liaison
214, avenue Saint-Sacrement
Québec (Québec)
G1N 4M6
Tél.: à Québec: (418) 657-2262
sans frais: 1-800-463-4722
à Montréal: (514) 522-3540
sans frais: 1-800-361-6808

L'Institut de formation et de rééducation de Montréal offre, pour sa part, un cours de bénévolat qui comporte deux sessions se déroulant à raison de trois heures par semaine. L'étudiant est envoyé dans un organisme pour un stage qui comprend trois heures hebdomadaires pendant un an. Aucun niveau d'étude particulier n'est exigé pour s'inscrire. Pour plus de renseignements, appelez à: (514) 331-6861.

Le bénévolat s'impose un peu partout

Le bénévolat fait plus que jamais des adeptes. On arrive difficilement à cerner tous les endroits où l'on peut faire du bénévolat. Les possibilités sont aussi multiples que les besoins auxquels ils correspondent.

Vous avez décidé de vous unir à la centaine de milliers de bénévoles du Québec? Voici quelques bonnes adresses parmi tant d'autres.

Si vous désirez travailler dans le domaine de la santé:

▶ **Société canadienne de la Croix-Rouge**

2170, boul. Dorchester Ouest
Montréal (Québec)
H3H 1R6
Tél.: (514) 937-7761

4, parc Samuel-Holland
Bureau 101
Québec (Québec)
G1S 3R3
Tél.: (418) 687-5062

Vous trouverez la liste des bureaux locaux de la Société canadienne de la Croix-Rouge dans votre annuaire téléphonique.

▶ **Société canadienne du cancer**

1118, rue Sainte-Catherine
Ouest, Bureau 700
Montréal (Québec)
H3B 1H5
Tél.: (514) 866-1112

489, boul. Saint-Cyrille Ouest
Québec (Québec)
G1S 1S2
Tél.: (418) 683-8666

▶ **Centraide**

493, rue Sherbrooke Ouest
Montréal (Québec)
H3A 1B6
Tél.:(514) 288-1261

4855, 2e Avenue Ouest
Charlesbourg (Québec)
G1H 6M9
Tél.: (418) 627-2642

▶ **Office des personnes handicapées du Québec**

309, rue Brock
Drummondville (Québec)
J2B 1C5
Tél.: (819) 477-7100
Sans frais: 1-800-567-1465

▶ **Association des auxiliaires bénévoles des établissements de santé du Québec**

505, boul. De Maisonneuve
Ouest, Bureau 400
Montréal (Québec)
H3A 3C2
Tél.: (514) 842-4861

Pour connaître l'ensemble des organismes bénévoles du domaine de la santé, communiquez avec votre Centre de bénévolat, dont vous trouverez la liste à l'annexe III du *Guide*.

Si vous désirez travailler dans le domaine des loisirs et des sports:

- contactez le Club de l'âge d'or de votre localité, ou l'un des conseils régionaux de la Fédération de l'âge d'or du Québec dont vous trouverez la liste en page 00 du *Guide*;
- communiquez avec le service des loisirs de votre municipalité.

Pour connaître les subventions accordées:

▶ **Fédération québécoise des centres communautaires des loisirs inc.**
804, côte d'Abraham
Québec (Québec)
G1R 1A3
Tél.: (418) 647-4536

▶ **Mouvement québécois du sport pour tous**
1415, rue Jarry Est
Montréal (Québec)
H2E 2Z7
Tél.: (514) 374-4700, poste 246

Tous les organismes mentionnés plus haut peuvent vous renseigner et vous orienter dans votre recherche pour travailler bénévolement dans le domaine des sports et des loisirs.

Le Centre de bénévolat de votre localité constitue un organisme de référence de premier ordre pour faciliter vos recherches. Vous trouverez la liste à l'annexe III du *Guide*.

Vous pouvez vous procurer le « Répertoire des organismes de loisirs du Québec » publié par la Direction générale des publications gouvernementales, en collaboration avec le ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche. Cette brochure est vendue dans les librairies de l'Éditeur officiel. Vous pouvez commander par la poste à l'adresse suivante:

▶ **Les Publications gouvernementales**
1283, boul. Charest Ouest
Québec (Québec)
G1N 2C9
Tél.: (418) 643-5150

Si vous désirez travailler pour les prisonniers et faciliter leur réinsertion sociale :

▶ **Association des services de réhabilitation sociale du Québec inc.**
4217, rue D'Iberville
Montréal (Québec)
H2H 2L5
Tél. : (514) 521-3733

▶ **Ateliers Dominique inc.**
20, rue Cousineau
Hull (Québec)
J8Y 3M7
Tél. : (819) 770-4937

▶ **Atelier et Maison Radisson inc.**
962, rue Sainte-Geneviève
Trois-Rivières (Québec)
G9A 3X6
Tél. : (819) 379-3623

▶ **Comité pour le développement des alternatives à l'incarcération inc.** (CODAI)
1279, boul. Charest Ouest
Bureau 900
Québec (Québec)
G1N 4K7
Tél. : (418) 687-1441

▶ **Service d'aide aux prisonniers de Sherbrooke inc.**
219, rue Montréal
Sherbrooke (Québec)
J1H 1E4
Tél. : (819) 563-2297

▶ **Service de réadaptation sociale inc.**
1279, boul. Charest Ouest
Bureau 900
Québec (Québec)
G1N 4K7
Tél. : (418) 687-1441

Vous pouvez contacter le Centre de bénévolat de votre localité pour connaître l'ensemble des organismes qui oeuvrent auprès des prisonniers. Vous trouverez la liste à l'annexe III du *Guide*.

Si vous désirez travailler pour les démunis:

▶ **Armée du Salut**

1620, rue Notre-Dame Ouest
Montréal (Québec)
H3J 1M1
Tél.: (514) 935-7425

14, côte du Palais
Québec (Québec)
G1R 4H8
Tél.: (418) 692-3956

▶ **Centraide Montréal**
493, rue Sherbrooke Ouest
Montréal (Québec)
H3A 1B6
Tél.: (514) 288-1261

▶ **Centraide Québec**
4855, 2e Avenue Ouest
Charlesbourg (Québec)
G1H 6M9
Tél.: (418) 627-2642

Vous trouverez la liste des bureaux régionaux de Centraide dans votre annuaire téléphonique.

▶ **Fédération des ACEF du Québec**

7500, av. De Chateaubriand
Montréal (Québec)
H2R 2M1
Tél.: (514) 277-7959

▶ **Société de Saint-Vincent-de-Paul inc.**

Conseil central de Québec
835, avenue Brown
Québec (Québec)
G1S 4S1
Tél.: (418) 681-0564

1930, rue De Champlain
Montréal (Québec)
H2L 2S8
Tél.: (514) 526-5937

Le Centre de bénévolat de votre localité peut vous aider dans vos démarches. Vous trouverez la liste à l'annexe III du *Guide*.

Si vous désirez travailler pour l'aide internationale:

▶ **A.N.I. de la Croix-Rouge**
95, Wellesley Est
Toronto (Ontario)
M4Y 1H6
Tél.: (416) 923-6692

ou

à l'un des bureaux locaux de la Croix-Rouge

ou

▶ **Association canadienne pour les Nations-Unies**
1234, avenue William
Sillery (Québec)
G1S 4E9
Tél.: (418) 527-2331

▶ **Association québécoise des organismes de coopération internationale** (COCI)
1115, rue Gouin Est
Bureau 200
Montréal (Québec)
H2C 1B3
Tél.: (514) 382-4560

▶ **Oxfam**
169, rue Saint-Paul Est
Montréal (Québec)
H2Y 1G8
Tél.: (514) 866-1773

▶ **Service administratif canadien outre-mer** (SACO)
1130, rue Sherbrooke Ouest
2e étage
Montréal (Québec)
H3A 2M9
Tél.: (514) 282-0556

▶ **Unicef**
353, rue Saint-Nicolas
Montréal (Québec)
H2Y 2P1
Tél.: (514) 288-1305

▶ **Unicef**
1048, rue des Érables
Québec (Québec)
G1R 2M9
Tél.: (418) 683-3017

Pour toute information concernant les organismes qui travaillent pour l'aide internationale, communiquez avec le Centre de bénévolat de votre région. Vous trouverez la liste à l'annexe III du *Guide*.

Si vous désirez travailler dans le domaine des arts:

▶ **Fédération des harmonies du Québec**
1415, rue Jarry Est
Montréal (Québec)
H2E 2Z7
Tél.: (514) 374-4700
postes 242-243

▶ **Fédération des sociétés d'histoire du Québec**
1195, rue Sherbrooke Ouest
Montréal (Québec)
H3A 1H9
Tél.: (514) 844-6123

▶ **Les jeunesses musicales du Canada**
1250 rue Sanguinet
Bureau 319
Montréal (Québec)
H2X 3E7
Tél.: (514) 845-4108

▶ **Regroupement des organismes nationaux de loisir du Québec**
1415, rue Jarry Est
Montréal (Québec)
H2E 2Z7
Tél.: (514) 374-4700

Ce dernier organisme vous informera des différentes organisations qui oeuvrent dans le domaine des arts.

Si vous désirez travailler pour vos droits:

▶ **Association québécoise pour la défense des droits des retraités et préretraités** (L'A.Q.D.R.)
414, rue Christophe-Colomb Ouest
Québec (Québec)
G1K 2C3
Tél.: (418) 524-8744

▶ **Fédération de l'âge d'or du Québec** (FADOQ)
1415, rue Jarry Est
Montréal (Québec)
H2E 2Z7
Tél.: (514) 374-4700 poste 416

▶ **Fédération des aînés du Québec**
5260, 3e Avenue Ouest
Charlesbourg (Québec)
G1H 6G7
Tél.: (418) 626-8171

Le Centre de bénévolat de votre localité peut vous renseigner sur les divers organismes existants. La liste se trouve à l'annexe III du *Guide*.

Si vous désirez travailler pour le soutien moral et personnel:

▶ **Carrefour des mouvements JEC, JOC, MTC, RAM, MECQ**
435, rue du Roi
Québec (Québec)
G1K 2X1
Tél.: (418) 525-6187

▶ **Centre de prévention du suicide**
20, rue Saint-Jean
Bureau 200
Québec (Québec)
G1R 1N6
Tél.: (418) 525-4588

▶ **Droits de parole**
570, rue du Roi
Québec (Québec)
G1K 2X2
Tél.: (418) 529-9026

▶ **Jeunesse ouvrière chrétienne**
2065, rue Sherbrooke Ouest
Montréal (Québec)
H3H 1G6
Tél.: (514) 931-7311 poste 300

ou

435, rue du Roi
Québec (Québec)
G1K 2X1
Tél.: (418) 525-6187

▶ **Mouvement des travailleurs chrétiens**
435, rue du Roi
Québec (Québec)
G1K 2X1
Tél.: (418) 525-6187

▶ **Prière-Secours**
C.P. 933 Haute-ville
Québec (Québec)
G1R 4T4
Tél.: (418) 687-2220

▶ **Services d'écoute téléphonique**
— région des Cantons-de-l'Est
Secours Amitié
Tél.: (819) 563-5511

— région de Montréal
Tel-Aide Montréal
Tél.: (514) 935-1101

— région de l'Outaouais
Tel-Aide Outaouais
Tél.: (613) 741-6433

— région de Québec
Tel-Aide
Tél.: (418) 522-1266

— région Saguenay — Lac-Saint-Jean
Service d'écoute du Saguenay
Tél.: (418) 524-2121

▶ **Sessions populaires pour l'engagement social au Québec enr.**
1073, boul. Saint-Cyrille Ouest
Québec (Québec)
G1S 4R5
Tél.: (418) 688-1211

Pour connaître l'ensemble des organismes qui oeuvrent dans le domaine social, communiquez avec le Centre de bénévolat de votre localité. Vous trouverez la liste à l'annexe III du *Guide*.

CHOIX DE PUBLICATIONS

Titre	Prix
Code du travail	7,50 $
Loi sur les normes du travail	4,60 $
Loi sur les accidents du travail	8,50 $
Loi sur la santé et la sécurité du travail	7,50 $
Guide du compagnonnage	2,50 $
Portrait des syndicats québécois	12,95 $
Le travail à temps partiel	7,00 $

Ces publications sont en vente dans les librairies de l'Éditeur officiel. Pour trouver les adresses et numéros de téléphone, à la page 87 de l'index.

Le bonheur... en principe

Éviter la véritable infériorité: **la peur.**

Vivre la plus belle journée: **aujourd'hui.**

Éviter la chose la plus facile: **se tromper.**

Éviter la plus grande erreur: **abandonner.**

Se méfier de la plus grande faute: **l'égoïsme.**

Pratiquer la plus grande discrétion: **le travail.**

Éviter la vraie faillite: **le découragement.**

Écouter les meilleurs professeurs: **les enfants.**

Tenir à la plus grande nécessité: **le bon sens.**

Éviter le plus bas sentiment: **la jalousie.**

Pratiquer la plus belle action: **le pardon.**

Tenir à la plus belle chose au monde: **l'amour.**

Omer Caron, 68 ans

CHAPITRE

10

L'éducation

Il n'y a pas d'âge pour apprendre! 326
L'éducation des adultes: de 16 à 99 ans... ou plus 326
Vos connaissances antérieures pourraient vous rapporter gros 334
Autodidacte... êtes-vous de cette espèce? 334
L'Université du 3e âge, pour vous entretenir 336
Télé-université: apprendre dans son salon 337
Apprendre à distance avec les cours par correspondance 340
Une retraite, ça se prépare 341
Faites le test 341
Des cours de préparation à la retraite, pourquoi? 342
Pour en savoir plus long... 343
S'adapter à la retraite 344
Où vous adresser? 344
Pour plus d'information... 344
Le séjour culturel des aînés: l'éducation, la culture et les voyages s'associent 345
La formule vous intéresse? 345
En gérontologie... il y a formation 346
Formation en gérontologie 346
La génération des aînés d'aujourd'hui... un sujet d'observation 347
Les centres de recherche universitaires en gérontologie 347
Pour information supplémentaire... 348

Il n'y a pas d'âge pour apprendre!

Contrairement à une croyance assez répandue, la capacité d'apprendre ne diminue pas avec l'âge. Il existe sûrement un domaine ou un sujet qui vous intéresse particulièrement, mais vous n'osez pas entreprendre des études. Pourquoi? Qu'est-ce qui vous en empêche?

Ce ne sont certes pas les programmes qui manquent.

L'éducation des adultes: de 16 à 99 ans... ou plus

L'éducation des adultes...

- pour compléter votre formation;
- pour vous recycler;
- ou tout simplement pour acquérir de nouvelles connaissances.

Vous avez le choix:

- la formation générale qui vous permet d'acquérir le degré de scolarité désiré. Ces cours sont offerts à temps plein ou à temps partiel aux niveaux présecondaire, secondaire, collégial et universitaire;
- la formation socioculturelle, qui vise à encourager votre participation consciente et active dans votre milieu, peut prendre plusieurs formes: de l'école traditionnelle aux clubs populaires de la culture, en passant par la formation à distance avec Télé-université ou encore d'autres initiatives du genre. Elle vous apportera des connaissances nouvelles, favorisera votre développement et votre épanouissement. On vous propose des sujets aussi variés que l'alimentation, le logement, les arts plastiques, la couture, la décoration intérieure, les droits et devoirs civiques, etc.;
- la formation professionnelle qui vous permet d'améliorer vos compétences dans l'exercice d'un métier ou d'une spécialité. Les programmes sont offerts à temps plein et à temps partiel et, dans la mesure du possible, le jour.

Peu importe le type de formation que vous privilégiez, vous pouvez bénéficier des cours d'éducation des adultes offerts par 79 commissions scolaires, 46 collèges d'enseignement général et professionnel (cégep) et par 500 organismes volontaires d'éducation populaire.

Pour tous renseignements, adressez-vous:

- aux Services d'éducation des adultes de votre commission scolaire;
- aux Services d'éducation des adultes des cégeps;
- à une Direction régionale du ministère de l'Éducation;

▶ **Direction régionale de l'Abitibi-Témiscamingue**
180, boul. Rideau, 3e étage
Noranda (Québec)
J9X 1N9
Tél: (819) 764-3257

▶ **Direction régionale du Bas-Saint-Laurent — Gaspésie**
337, rue Moreault, 2e étage
Rimouski (Québec)
G5L 1P4
Tél: (418) 722-3624

▶ **Direction régionale de la Côte-Nord**
625, boul. Laflèche
Bureau 347
Hauterive (Québec)
G5C 1C5
Tél: (418) 589-5748

ou

106, rue Napoléon, 1er étage
Sept-Îles (Québec)
G4R 3L7
Tél: (418) 968-6420

▶ **Direction régionale de l'Estrie**
740, rue Galt Ouest, 2e étage
Bureau 201
Sherbrooke (Québec)
J1H 1Z3
Tél: (514) 565-0667

▶ **Direction régionale Laval-Laurentides-Lanaudière**
206, boul. Labelle
Sainte-Thérèse
Comté de Terrebonne
(Québec)
J7E 2X7
Tél: (514) 430-9000

▶ **Direction régionale de l'Outaouais**
170, rue Hôtel-de-Ville,
4e étage
Hull (Québec)
J8X 4C2
Tél: (819) 771-0594

▶ **Direction régionale de Québec**
1020, route de l'Église,
3e étage
Sainte-Foy (Québec)
G1V 3V9
Tél: (418) 643-1857

▶ **Direction régionale du Saguenay — Lac-Saint-Jean**
3950, boul. Harvey, 3e étage
Jonquière (Québec)
G7X 8L6
Tél: (418) 547-9326

▶ **Direction régionale de Trois-Rivières**
Édifice Capitanal
100, rue Laviolette, 2e étage
Trois-Rivières (Québec)
G9A 5S9
Tél: (819) 376-3711

▶ **Direction régionale de Longueuil**
201, place Charles-Lemoyne
Édifice Montval, 6e étage
Longueuil (Québec)
J4K 2T5
Tél: (514) 873-2132

▶ **Direction régionale de Montréal**
600, rue Fullum, 8e étage
Montréal (Québec)
H2K 4L1
Tél: (514) 873-4670

▶ **Direction générale de l'Éducation des adultes**
Secteur de l'information
Édifice G, 21e étage
1035, rue De La Chevrotière
Québec (Québec)
G1R 5A5
Tél: (418) 643-3442

▶ **Centres de renseignements Ministère de l'Éducation**
1035, rue De La Chevrotière
Édifice G, 16e étage
Québec (Québec)
G1R 5A5
Tél: (418) 643-7095

▶ **Centre Travail-Québec de votre localité;**

▶ **Centre d'Emploi et d'Immigration du Canada de votre localité;**

▶ **Commission de formation professionnelle de votre région.**

Attention! Attention!
Pour un accès plus facile à l'enseignement

Des changements à venir...

D'ici 1986, le ministère de l'Éducation modifiera le processus d'accès aux réseaux scolaires. On tentera, par un Service d'accueil, de références et de reconnaissances des acquis (CREA) de centraliser l'information et de la rendre plus accessible à la population. Un Service d'accueil et de références sera implanté dans la plupart des régions. Finies les démarches à gauche et à droite, d'ici 1986, vous irez directement au Service d'accueil et de références.
Soyez aux aguets.

L'éducation des adultes: un retour sur les bancs d'école

Formation générale	*Commissions scolaires régionales:* information; inscription; orientation; reconnaissance des acquis; crédits de cours; diplôme.	10 $ à tous les 15 heures de cours. Gratuit pour les personnes à faible revenu.
Formation professionnelle à temps plein	*Centres d'Emploi et d'Immigration du Canada (CEIC):* information; inscription; crédits de cours; diplôme. *Commissions scolaires:* information; orientation; équivalence des acquis.	Gratuit, l'étudiant reçoit une allocation de formation ou des prestations d'assurance-chômage.
Formation professionnelle à temps partiel	*Commissions scolaires:* information; inscription; orientation; reconnaissance des acquis; attestation d'étude. *Travail-Québec:* information. *Centres d'Emploi et d'Immigration du Canada (CEIC):* information.	10 $ à tous les 15 heures de cours.

Formation en industrie	*Travail-Québec:* information. *Centres d'Emploi et d'Immigration du Canada (CEIC):* information; inscription. *Commissions scolaires:* orientation; reconnaissance des acquis.	Aucuns frais. L'entreprise reçoit une subvention; l'étudiant est payé pour étudier et travailler.
Formation socioculturelle	*Commissions scolaires:* information; inscription: (aucun crédit accordé).	Aucuns frais pour les cours subventionnés. 60 $ pour un cours de 45 heures non subventionné.
Formation générale à temps plein	*Bureau du registraire des cégeps:* information; inscription; orientation; reconnaissance des acquis; crédits de cours; diplôme.	52 $ par session.
Formation générale à temps partiel	*Bureau du registraire des cégeps:* information; inscription; orientation; reconnaissance des acquis; crédits de cours.	10 $ à tous les 15 heures de cours.

Formation professionnelle à temps plein	*Bureau du registraire des cégeps:* information; inscription; orientation; reconnaissance des acquis; crédits de cours. *Centres d'Emploi et d'Immigration du Canada (CEIC):* information; inscription.	Gratuit, l'étudiant reçoit une allocation de formation ou des prestations d'assurance-chômage.
Formation professionnelle à temps partiel	*Bureau du registraire des cégeps:* information; inscription; orientation; reconnaissance des acquis. *Centre d'Emploi et d'Immigration du Canada:* information.	10 $ à tous les 15 heures de cours.
Formation socioculturelle	*Bureau du registraire des cégeps:* information; inscription: (aucun crédit accordé, attestation d'étude).	2 $ par heure de cours.

Formation générale à temps plein et à temps partiel	*Bureau du registraire de l'université:* information; inscription; orientation; reconnaissance des acquis; crédits de cours; diplôme. *Service d'aide à l'éducation des adultes.*	*Temps plein:* frais d'inscription: 15 $ frais de scolarité: 275 $ à 300 $ par trimestre. *Temps partiel:* frais d'inscription: 15 $ frais de scolarité: 24 $ du crédit. Le matériel didactique est aux frais de l'étudiant.
Formation socioculturelle	*Bureau du registraire de l'université:* information; inscription. *Bureau de l'extension de l'enseignement à l'université:* information; inscription.	24 $ du crédit, le prix varie selon les cours (une moyenne de 20 $ du crédit).

Vous trouverez la liste des bureaux de Travail-Québec, des Centres d'Emploi et d'Immigration du Canada et des commissions scolaires dans votre annuaire téléphonique.

Vos connaissances antérieures pourraient vous rapporter gros

Vous avez décidé d'entreprendre des cours de formation des adultes, mais à quel niveau devez-vous commmencer? Jadis, vous avez terminé votre 7e année...

Rien n'est perdu! surtout pas les connaissances que vous avez acquises en dehors des « murs scolaires ».
Qui sait? Votre 7e année ajoutée à votre expérience équivaut peut-être à une 3e année du secondaire.

Avant d'entreprendre des études, vous devriez rencontrer un conseiller du Service de l'éducation des adultes de votre commission scolaire. Celui-ci procédera à la mise à jour de votre dossier:

- il établira les équivalences des cours déjà réussis au Québec ou ailleurs;
- il évaluera ou fera évaluer votre formation acquise en dehors de l'école;
- il indiquera, compte tenu de votre orientation, le nombre de cours que vous devrez suivre;
- il vous fournira tous les renseignements relatifs à l'inscription des cours et aux communications avec le ministère de l'Éducation, etc.

Autodidacte... êtes-vous de cette espèce?

Comment procéder si vous désirez amorcer une seconde carrière et que l'on exige de vous un certificat de 5e secondaire? Vous avez quitté l'école depuis belle lurette et...

Peut-être faites-vous partie de cette catégorie de personnes que l'on qualifie d'autodidactes, ces gens qui se sont instruits par eux-mêmes, sans maître?

Le ministère de l'Éducation pourra, dans certains cas, accorder une attestation d'équivalence à une 5e année du secondaire. Ce document est non valide pour vous inscrire dans une institution collégiale, mais il est reconnu pour fin d'emploi.

Passez les tests!

Pour faire reconnaître votre savoir, vous devrez subir une série de tests (6) de diverses disciplines telles que le français, les mathématiques, les sciences, etc. On vous attribuera votre attestation selon les résultats que vous obtiendrez.

Pour en savoir plus long, communiquez avec:

- le Service d'éducation des adultes de votre commission scolaire;
- ou l'un des bureaux régionaux du ministère de l'Éducation

▶ **Ministère de l'Éducation**
Direction générale de l'éducation des adultes
1035, rue De La Chevrotière
Centre administratif G, 21e étage
Québec (Québec)
G1R 5A5
Tél: (418) 643-3442

L'Université du 3e âge, pour vous entretenir

Il n'y a pas d'âge pour apprendre, l'Université du 3e âge en est une preuve évidente.

L'Université du 3e âge...:

- si vous êtes un « jeune » de 55 ans et plus;
- si vous désirez acquérir de nouvelles connaissances;
- si vous voulez trouver réponse à des problèmes contemporains;
- si vous voulez adapter des solutions aux difficultés liées au troisième âge;
- si vous...

Il s'agit d'un programme multidisciplinaire intitulé « Les Entretiens ». On y offre des cours d'initiation à la bourse, d'informatique, de musique, de littérature, d'écologie, de sciences politiques, de sciences religieuses.

Une formule pédagogique intéressante: des exposés coupés de périodes de questions avec recours aux techniques audio-visuelles. L'intérêt et la motivation constituent les seules conditions nécessaires au préalable pour être admis à l'Université du 3e âge. Vous recevrez une attestation d'étude au terme du trimestre.

Il en coûte 20 $ pour s'inscrire à chacune des activités et le nombre de participants est limité à 40 par groupe.

Pour en savoir plus long:

▶ **Académie de gérontologie de l'Outaouais**
Université du Québec
C.P. 1250, succ. B
103, rue Montcalm
Hull (Québec)
J8X 3X7
Tél: (819) 776-8410

▶ **Direction de l'extension de l'enseignement**
Pavillon Bonenfant
Bureau 2379
Université Laval
Québec (Québec)
G1K 7P4
Tél: (418) 656-3203

▶ **Université de Montréal**
C.P. 6128, Succursale A
2900, boul. Édouard-Montpetit
Montréal (Québec)
H3T 1J4
Tél: (514) 343-6111

▶ **Université du Québec**
Éducation des adultes:

Chicoutimi
555, boul. de l'Université
Chicoutimi (Québec)
G7H 2B1
Tél: (418) 545-5011

Rimouski
300, av. des Ursulines
Rimouski (Québec)
G5L 3A1
Tél: (418) 723-1986

▶ **Université de Sherbrooke**
Éducation des adultes
2500, boul. Université
Sherbrooke (Québec)
J1K 2R1
Tél: (819) 565-5970

▶ **Institut du 3e âge de Victoriaville**
Cégep de Victoriaville
475, rue Notre-Dame Est
Victoriaville (Québec)
G6P 4B3
Tél: (819) 758-6401

Télé-université: apprendre dans son salon

Étudier sans vous déplacer toutes les semaines pour aller « suivre un cours », voilà le principe de la Télé-université.

Vous recevrez chez vous une documentation abondante et variée avec laquelle vous travaillerez la plupart du temps à domicile. Vous pouvez bénéficier d'outils pédagogiques comme:

- des émissions de télévision;
- un encadrement individuel avec tuteur;
- des rencontres et des ateliers avec animateurs;
- des consultations téléphoniques;
- des visionnements de diaporamas, de bandes vidéo;
- des auditions de minicassettes.

Télé-université vous offre des cours dans les domaines suivants:

- l'économie
- la gestion
- la publicité
- la biologie
- le patrimoine
- la psychologie
- la sexualité
- le français
- l'anglais
- l'espagnol
- les mathématiques
- l'écologie
- la santé
- l'informatique

Vous pouvez suivre des cours de votre choix ou vous inscrire à un des deux programmes de certificat de premier cycle, *Connaissance de l'homme et de son milieu* et *Connaissance de l'homme en société*.

Le programme *Connaissance de l'homme et de son milieu* est un certificat de premier cycle qui se répartit sur 30 crédits. Il s'agit d'un programme de type social et culturel qui aborde les problèmes concernant l'homme et son milieu.

Le programme *Connaissance de l'homme en société* couvre le vaste champ des sciences sociales, la connaissance du système social à l'intérieur duquel l'homme évolue. Il vise à fournir à l'étudiant les outils nécessaires à l'interprétation des situations, des événements et des idées ayant cours dans la société.

Conditions générales d'admission:

- posséder des connaissances appropriées, une expérience jugée pertinente;

ou

- posséder un diplôme d'études collégiales ou l'équivalent.

Outre les conditions générales d'admission à la Télé-université, vous devez, pour certains cours ou programmes, satisfaire à des conditions particulières.

La période d'inscription:

La Télé-université reçoit et accepte les inscriptions en tout temps. Les mois de septembre, janvier et mai sont néanmoins des périodes intensives d'inscription. En faisant parvenir votre inscription durant ces périodes, vous bénéficiez plus rapidement d'une forme d'encadrement. Vous pouvez vous inscrire seul ou en groupe (15 personnes et plus).

Les frais:

Les frais d'inscription et les frais généraux sont de 7,50 $ par trimestre. Vous ne les payez qu'une seule fois par session, quel que soit le nombre de cours auxquels vous êtes inscrit.

On retrouve la Télé-université partout! de Sept-Îles à Montréal, de Fort-Chimo à Hull et Gaspé.

Pour en savoir davantage sur...

- les conditions d'admission et d'inscription;
- la description des cours;
- le système de crédits universitaires.

Pour rencontrer un conseiller et recevoir la brochure des activités, communiquez avec:

▶ **Télé-université**

4735, av. Christophe-Colomb
Montréal (Québec)
H2J 3G8
Tél: (514) 522-3540
Sans frais 1-800-361-6808

214, avenue Saint-Sacrement
Québec (Québec)
G1N 4M6
Tél: (418) 657-2262
Sans frais 1-800-463-4722

Apprendre à distance avec les cours par correspondance

Une formation qui répond à vos besoins, qui fait appel à votre responsabilité et à votre motivation. Vous vous inscrivez quand vous voulez. Vous étudiez chez vous, à votre rythme avec un matériel d'étude qui vous permet de travailler seul. Vous êtes soutenu et dirigé par un professeur avec qui vous communiquez périodiquement, par la poste, à l'occasion de l'envoi de travaux pratiques. Vous pouvez aussi recevoir des renseignements par téléphone.

Les cours par correspondance sont produits par le ministère de l'Éducation, et plusieurs conduisent à l'obtention de crédits en vue des diplômes officiels: collégial et secondaire. Chaque cours réussi est sanctionné par une attestation d'études.

Vous avez le choix de... 108 cours.

Ils sont regroupés dans sept disciplines:

- le secrétariat;
- l'agriculture;
- la culture générale;
- les techniques administratives;
- l'équipement motorisé et de construction;
- la mécanique et l'électronique;
- la série 400 (savoir écouter, parler, lire, orthographier, rédiger).

Combien cela coûte-t-il?

Les frais d'inscription sont de 12 $ par cours. À cela s'ajoute le prix du matériel didactique qui varie selon le type de cours.

Pour obtenir des renseignements supplémentaires:

- adressez-vous au Service d'éducation des adultes de votre commission scolaire ou d'un cegep;

ou

- communiquez avec:

▶ **Direction des cours par correspondance**
600, rue Fullum
4e étage
Montréal (Québec)
H2L 4K6
Tél: (514) 873-2210
Sans frais 1-800-361-4886

▶ **Ministère de l'Éducation**
Centre de renseignements
1035, rue De La Chevrotière
Édifice G, La Tour
16e étage
Québec (Québec)
G1R 5A5
Tél: (418) 643-7095

▶ **Direction régionale du ministère de l'Éducation de votre région.**

Une retraite, ça se prépare

En principe, la retraite devrait être envisagée avec sérénité: elle devrait permettre aux gens de vivre heureux, ce qui pourrait fort bien être la plus belle période de leur vie.
En réalité, la retraite est envisagée avec appréhension et tristesse.

Faites le test

Comment percevez-vous la retraite?

A. La retraite désigne la fin d'une carrière, c'est en quelque sorte une amputation.

B. La retraite est la période rêvée pour mettre à exécution un projet particulier ou pour débuter une seconde carrière. C'est une occasion de s'évader du train-train quotidien.

Si vous avez coché la lettre « A », votre façon de penser, votre état d'esprit face à la retraite laisse croire que le « choc opératoire » sera difficile à franchir. Par ailleurs, si vous avez coché la lettre « B », aucun choc psychologique n'est à redouter, vous vous acheminerez vers une vie nouvelle, sûrement meilleure.

La retraite peut être merveilleuse... si elle a été préparée.

Des cours de préparation à la retraite, pourquoi ?

- Pour vous aider à développer une attitude positive face à la retraite;
- pour favoriser la prise en charge individuelle de votre retraite pour une planification et une préparation progressive;
- pour vous sensibiliser à la dynamique de la retraite et aux divers aspects de la vie à la retraite;
- pour favoriser une prise de conscience personnelle et sociale de la retraite;
- pour vous donner une information adéquate sur les problèmes de la vie à la retraite.

Pour, pour, pour, pour... vous faire prendre conscience que la retraite est tout simplement une phase de la vie.

Dans les cours de préparation à la retraite, on aborde des sujets tels que:

- l'adaptation psychologique;
- les changements;
- la vie affective;
- les questions de santé (le vieillissement, l'alimentation, l'activité physique);
- l'emploi du temps;

- le logement;
- les questions financières;
- les questions juridiques.

Les organismes qui offrent des cours de préparation à la retraite:

- les banques;
- Bell Canada;
- les Caisses populaires;
- les cégeps;
- les Centres locaux de services communautaires (C.L.S.C.);
- les commissions scolaires;
- la Fédération des aînés du Québec;
- la fonction publique provinciale et fédérale;
- les hôpitaux;
- Hydro-Québec;
- Télé-université;
- les universités;
- et plusieurs autres organismes.

Pour en savoir plus long, communiquez avec:

- l'un des bureaux régionaux du ministère de l'Éducation;
- l'un des conseils régionaux de la Fédération de l'âge d'or du Québec dont vous trouverez la liste à la page 482 du *Guide*;
- votre club de l'âge d'or.
- **Fédération des aînés du Québec**
  5260, 3e Avenue Ouest
  Charlesbourg (Québec)
  G1H 6G7
  Tél: (418) 626-8171

S'adapter à la retraite

Certains organismes vous proposent des cours d'adaptation à la retraite:

- pour vous aider à améliorer vos communications;
- pour faciliter votre adaptation face aux changements à la retraite;
- pour découvrir vos capacités et vos ressources personnelles;
- pour vous outiller en vue de la gestion de vos affaires financières;
- pour vous faciliter la tâche dans la gestion de vos affaires juridiques.

Où vous adresser?

Les commissions scolaires, les cégeps, les universités, les clubs de l'âge d'or, les associations de retraités, les Centres locaux de services communautaires (C.L.S.C.) et la Fédération des aînés du Québec peuvent vous offrir ces cours.

Pour plus d'information, communiquez avec:

- le Centre local de services communautaires (C.L.S.C.) de votre localité;
- votre bureau régional du ministère de l'Éducation du Québec;

ou

- **Fédération des aînés du Québec**
  5260, 3e Avenue Ouest
  Charlesbourg (Québec)
  G1H 6G7
  Tél: (418) 626-8171

Les séjours culturels des aînés: l'éducation, la culture et les voyages s'associent

Une semaine d'hébergement dans une université pour y suivre des cours et pour participer à des visites socioculturelles, voilà le séjour culturel des aînés. Il s'agit d'une formule conçue pour satisfaire vos besoins culturels, pour vous apprendre à vaincre l'isolement et la solitude, pour favoriser des rencontres et pour vous permettre d'échanger sur vos expériences de vie.

Trois cours sont au programme: la littérature québécoise, l'activité physique et l'anthropologie. Ils ne comportent pas de travaux ni d'examens, toutefois, certaines lectures sont recommandées.

L'âge pour l'inscription est fixé à 60 ans, le conjoint peut être moins âgé. L'université assure toute l'assistance nécessaire aux personnes. Elle répond à des besoins médicaux ou d'encadrement. Un montant de 180 $ par personne est exigé pour la semaine, montant qui comprend le logement, la nourriture et les cours. Le coût du transport est aux frais des participants, de même que les repas pris à l'extérieur du campus.

La formule vous intéresse?

Au Québec, seules l'Université Laval à Québec et l'Université Bishop à Lennoxville offrent le séjour culturel par le biais de leur Direction de l'extension de l'enseignement. Informez-vous!

▶ **Séjour culturel des aînés**

Direction de l'extension
de l'enseignement
Pavillon Bonenfant, Local 2379
Université Laval
Sainte-Foy (Québec) G1K 7P4
Tél.: (418) 656-3202

Université Bishop
Éducation des adultes
Lennoxville (Québec)
J1M 1Z7
Tél.: (819) 569-9551

En gérontologie... il y a formation

Vous désirez entreprendre une deuxième carrière?
Vous avez un vif intérêt pour la gérontologie... l'art du vieillissement?
Il existe une formation spécialisée en gérontologie.

Formation en gérontologie

Collégial	*Les cégeps suivants:* Alma Bois-de-Boulogne Chicoutimi Collège Marie-Victorin Collège Notre-Dame-de-Foy François-Xavier-Garneau Gaspésie Hauterive Jonquière Lionel-Groulx Maisonneuve Matane Outaouais Rimouski Saint-Jean Saint-Jérôme Shawinigan Sherbrooke Sorel-Tracy Trois-Rivières Vanier Victoriaville	Quatre types de programmes sont offerts dépendamment des institutions: formation de base de 540 heures; cours de perfectionnement de 225 ou 450 heures; cours de perfectionnement professionnel dans le cadre d'une session intensive (90 heures); divers cours offerts sur demande en fonction des besoins du milieu.

Universitaire	*Les universités suivantes:*	
	Laval McGill de Montréal du Québec en Abitibi—Témiscamingue du Québec à Chicoutimi du Québec à Hull du Québec à Montréal du Québec à Rimouski du Québec (Télé-université) du Québec à Trois-Rivières de Sherbrooke	Quatre types de programmes sont offerts dépendamment des universités: certificat de premier cycle en gérontologie (450 heures); cours en gérontologie à l'intérieur de différents programmes; certificat de deuxième cycle en thanatologie; certificat de deuxième cycle en gérontothanatologie.

La génération des aînés d'aujourd'hui... un sujet d'observation

Plus que jamais, votre génération fait l'objet de diverses recherches. D'ici quelques années, vous constituerez la majorité de la population; il importe donc de connaître vos besoins et vos attentes pour améliorer vos conditions de vie.

Vous désirez participer à une recherche en gérontologie? Contactez l'un des centres de recherche suivants.

Les centres de recherche universitaires en gérontologie:

Université de Montréal
Recherche dans le cadre de diverses facultés

Université de Sherbrooke
Programme de recherche en gérontologie (PREGUS)

Université du Québec à Chicoutimi
Recherche dans certains départements

Université du Québec à Montréal
Recherche dans le cadre du département de psychologie

Université du Québec à Trois-Rivières
Laboratoire de gérontologie

Université Laval
Laboratoire de gérontologie sociale

Université McGill
Committee for Studies on Ageing

Pour information supplémentaire, communiquez avec :

▶ **Association québécoise de gérontologie**
4625, rue De Lorimier
Montréal (Québec)
H2H 2B4
Tél : (514) 526-2894

CHOIX DE PUBLICATIONS

Titre	Prix
Apprendre : une action volontaire et responsable (Commission Jean)	19,50 $
Annexe I — L'éducation des adultes au Québec depuis 1850	9,95 $
Annexe II — Sondage sur les adultes québécois et leurs activités éducatives	19,95 $
Annexe III — Sondage sur les pratiques de formation en entreprise	14,95 $
Annexe IV — Recherches connexes de la Commission	7,95 $
Annexe V — Bibliographies annotée sur l'éducation des adultes	19,95 $

Ces publications sont en vente dans les librairies de l'Éditeur officiel. Vous trouverez les adresses et numéros de téléphone à la page 57 du Guide.

Je mesure	cm
Mon tour de taille est de	cm
Mon pied mesure	cm
Au point le plus large, l'ongle de mon petit doigt mesure environ	1 cm
Les autres membres de ma famille mesurent:	
	cm
	cm
	cm
La distance entre mon domicile et le bureau de mon médecin est de	km
La vitesse limite sur la plupart des route sera de	100 km
Je pèse à présent environ	kg
Je dois perdre environ	kg
Je voudrais ne peser que	kg
La température normale du corps est	37 °C
Je dois appeler le médecin lorsque j'ai une température de	38 °C
La température la plus saine d'une pièce est	20 °C
Je dois m'habiller chaudement quand il gèle ou quand la température baisse au-dessous de	0 °C
Je dois me protéger contre les gelures lorsque le facteur vent baisse la température atmosphérique à	−10 °C

Je dois éviter de faire de gros efforts physiques lorsqu'une vague de chaleur fait monter la température atmosphérique à	35 °C
Quand je fais bouillir de l'eau, elle est à	100 °C
Au lieu d'une cuillerée à thé d'un médicament, j'en prendrai	5 ml
Au lieu de boire une pinte de lait, j'en boirai	1 l

Longueur :

m mètre
cm centimètre
km kilomètre

Volume :

l litre
cl centilitre
ml millilitre

Masse :

kg kilogramme
g gramme

Superficie :

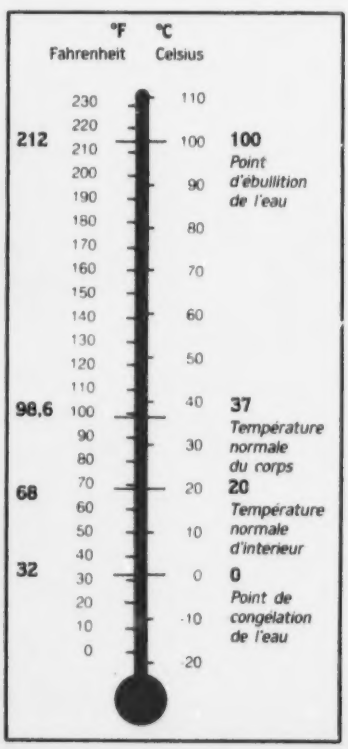
m^2 mètre carré
km^2 kilomètre carré

Vitesse :

km/h kilomètre/heure

Température :

°C degré Celsius



Commission du système métrique Canada

CHAPITRE

11

Loisirs et culture

Le 3e âge ou le bel âge? 358
L'activité physique: 1-2-3-GO, partez! 358
Une activité physique vous intéresse en particulier? 358
Pour partir du bon pied... suivez un cours 361
Une aide financière « sportive » 361
Le plus grand terrain de jeu: la nature 364
Si vous avez des questions « sportives » 364
Chaque âge a ses plaisirs... lequel ferez-vous vôtre? 367
Vous connaissez ces organismes? Ils pourraient vous être utiles 367
Une aide financière « socioculturelle » 369
Si vous désirez suivre un cours « socioculturel » 372
Si vous avez des questions « socioculturelles » 372
Le tourisme socioculturel: joindre l'utile à l'agréable 373
Une colonie de vacances... pour personnes âgées 373
Des vacances à la ferme... comme dans l'bon vieux temps 374
Des vacances en famille 375
Séjours culturels des aînés/Elder Hostel 376
La cabane à sucre ou la cueillette des fraises, des pommes, des bleuets... 376
Le Manoir Montmorency... la vie de château, spécialement pour vous 377
Vous voulez organiser une activité... voici quelques coups de pouce 377
Vous partez en voyage... 378
Les voyages organisés... sans « se faire organiser » 378
Votre agent de voyages... ses obligations 379

Votre hôtel: le client a-t-il toujours raison?	381
Chacun ses droits	383
Partir en voyage... un art!	**386**
Vos billets de transport	386
Votre passeport, pour passer partout	389
Chaque pays a ses exigences	391
La variole, le choléra, la fièvre jaune... il faut prévenir	392
Voyagez... assuré de votre santé	394
Voyager en automobile a ses exigences	398
Parlons d'argent!	399
Je déclare: avant et après	400
Pour revenir sans histoire	**405**
Vos déclarations	406
Ayez les preuves à l'appui!	406
« Nul n'est censé ignorer la loi »	407
Les exemptions personnelles, c'est bon à savoir	408
Pour en savoir plus long sur les voyages et leurs implications	411
L'équipement du touriste	412
La lecture, « un riche » passe-temps	**413**
Des imprimés publiés pour vous	413
La Bibliothèque nationale du Québec: unique en son genre	417
Les Publications du Québec	418
Pour tout connaître sur l'histoire du Québec: les Archives nationales	419
Les Archives publiques: une mine de renseignements	421
La nouvelle technologie... l'audiovisuel, les banques de données	422
EDUQ: un instrument de référence	422
Les prix littéraires, plus près de vous	423

Le théâtre: un monde à découvrir **424**
Pour les connaître tous... 424
Les musées, ces souffre-douleur... **426**
Vous avez le choix... 426
Pour en savoir plus long sur les musées du Québec 428
La télévision... éducative? **428**
Pour vous aider à choisir Radio-Québec, « l'autre télévision » 428
Pour vous aider à choisir... Radio-Canada 430
Politicologue à vos heures 430
Vous consacrez vos temps libres au cinéma **431**
Quelques adresses utiles 431
Des « experts » en matière culturelle et artistique 432

Le 3e âge ou le bel âge?

Depuis le jour où vous en parlez, depuis le jour où vous vous dites: « Lorsque j'aurai le temps, je m'adonnerai à tel sport, je ferai du bricolage, je voyagerai... » Le temps est venu: à vous d'agir!

L'activité physique: 1-2-3-GO, partez!

L'éventail sportif offre de nombreuses possibilités. Vous pouvez faire de l'activité physique, enseigner les sports, assister à des événements sportifs, vous spécialiser dans l'étude d'un sport. Évidemment, si vous n'avez jamais tenu une raquette de tennis, mieux vaut oublier le titre d'instructeur en tennis. Cependant, c'est le moment ou jamais de parfaire votre technique au golf, de continuer vos cours de natation...

Une activité physique vous intéresse en particulier?

Vous désirez vous adonner à une activité physique en particulier, vous avez besoin d'information, il existe des organismes pour vous aider.

Les modules Kino-Québec

Le ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche a lancé le programme Kino-Québec dans le but de rendre la pratique de l'activité physique accessible à tous. Dans le cadre de ce programme, des coordonnateurs répartis dans les régions du Québec s'occupent de la promotion de l'activité physique et à la mise en place de programmes nouveaux, par l'entremise des organismes locaux. Pour en savoir davantage sur Kino-Québec, communiquez avec:

▶ **Ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche**
Direction de l'activité physique
150, boul. Saint-Cyrille Est
15e étage
Québec (Québec)
G1R 4Y3
Tél. : (418) 643-8389

ou

l'un des modules de Kino-Québec, dont vous trouverez le numéro de téléphone dans votre annuaire téléphonique.

La Fédération québécoise des centres communautaires de loisirs

La Fédération regroupe des organismes privés dont l'objectif est la création et l'animation « de milieux de vie ». Elle intervient comme outil de développement organisationnel pour ses organismes-membres (dont la clientèle est, entre autres, les personnes âgées) et les activités multidisciplinaires (sportives, culturelles, sociales, de plein air, pastorales, artistiques).

▶ 804, côte d'Abraham
Québec (Québec)
G1R 1A3
Tél. : (418) 647-4536

Le Mouvement québécois du sport pour tous

Le Mouvement a pour but de créer une grande organisation représentative de toutes les personnes intéressées au développement des pratiques sportives populaires au Québec.

▶ 1415, rue Jarry Est
Montréal (Québec)
H2E 2Z7
Tél. : (514) 374-4700, poste 246

Le Regroupement des organismes nationaux de loisir du Québec

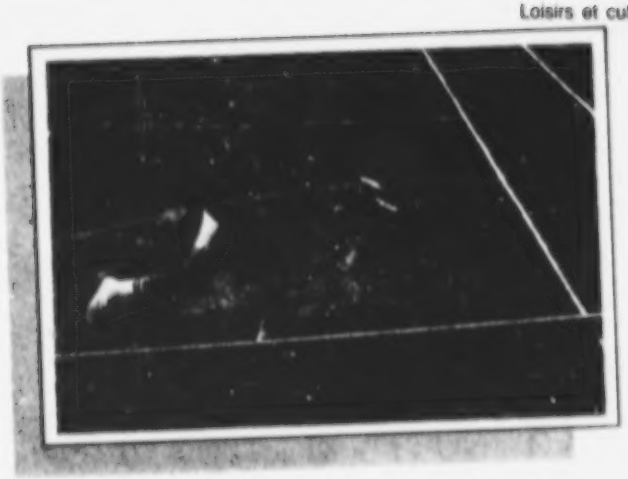
Cet organisme regroupe et représente les organismes nationaux de loisir oeuvrant dans les domaines socioculturel, socio-éducatif, de plein air, de tourisme et de sport. Il offre un service d'information-loisir que toute personne peut atteindre au numéro de téléphone 1-800-361-9010, pour les régions hors de Montréal, ou le 374-4700, poste 460, pour la région de Montréal.

▶ 1415, rue Jarry Est
Montréal (Québec)
H2E 2Z7
Tél. : (514) 374-4700, postes 422 et 425

La Société des sports du Québec

La Société assure le développement du sport amateur en favorisant l'amélioration du mieux-être de la personne et de la collectivité par le biais de la pratique sportive. Elle permet à l'ensemble de la population québécoise l'accessibilité à la pratique sportive et ce, à tous les niveaux d'excellence.

▶ 1415, rue Jarry Est
Montréal (Québec)
H2E 2Z7
Tél. : (514) 374-4700, poste 373



Pour partir du bon pied... suivez un cours

Vous désirez suivre un cours? Peu importe la discipline, adressez-vous à l'un de ces organismes:

- les commissions scolaires;
- les différents cegeps;
- Kino-Québec;
- les organismes privés;
- le Service des loisirs de votre localité;
- les universités;
- le Y.M.C.A.;
- le Y.W.C.A.

Une aide financière « sportive »

Vous avez des idées « sportives », des projets qui pourraient intéresser d'autres personnes? Informez-vous! Il existe différents programmes d'aide financière, offerts par le ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche. Selon les programmes, ces subventions peuvent être accordées à des individus, à des groupes, à des organismes ou à des municipalités.

Programme d'aide au développement des équipements de loisir

But :

Fournir la mise en place, l'amélioration ou l'acquisition d'équipements de loisir susceptibles de desservir toute la population en tenant compte des différents besoins de chaque région.

Bénéficiaires :

Les municipalités ;

les réserves et ;

les localités indiennes ;

les organismes privés, sans but lucratif, de nature locale (centre communautaire, base de plein air, colonie de vacances, etc., et reconnus par le Ministère).

Programme d'assistance financière aux centres communautaires de loisirs

But :

Soutenir l'existence et l'action d'organismes privés qui oeuvrent dans le domaine du loisir en complémentarité avec la municipalité en répondant à des besoins plus spécifiques de la municipalité ou de ses quartiers.

Bénéficiaires :

Les organismes privés sans but lucratif, qui répondent aux directives émises par le Ministère.

Programme national de soutien aux activités de loisir municipal

But :

Appuyer les municipalités du Québec dans leur rôle de maître-d'oeuvre de l'organisation et du développement du loisir sur leur territoire ;

favoriser la participation active des Québécois au processus de décision susceptible d'influencer leur pratique de loisir ;

favoriser l'accessibilité des Québécois à des activités de loisir qui correspondent davantage à leurs goûts, à leurs attentes et à leurs intérêts.

Bénéficiaires :

Les municipalités du Québec dont l'indice global de richesse est égal ou inférieur à 125 ;

toutes les municipalités dont la population est inférieure à 2 500 habitants.

Pour informations sur ces 3 programmes :

Ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche
Direction des communications
C.P. 22 000
150, boul. Saint-Cyrille Est
Rez-de-chaussée
Québec (Québec)
G1K 7X2
Tél. : (418) 643-3127
ou à l'un des bureaux régionaux.

Le plus grand terrain de jeu : la nature

Séjourner dans un parc ou une réserve du Québec...
Aller à la chasse au petit gibier...
Une partie de pêche...
Un pique-nique en forêt...
Une randonnée pédestre...

Tous ces projets sont réalisables. Que vous y veniez seul, en famille ou en groupe, les parcs et les réserves du Québec vous permettent, le printemps, l'été, l'automne et l'hiver, de pratiquer toutes ces activités et plusieurs autres. Pour en savoir davantage, communiquez avec :

▶ **Ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche**
Direction des communications
C.P. 22 000
150, boul. Saint-Cyrille Est
Québec (Québec)
G1K 7X2
Tél. : (418) 643-3127

ou avec l'un des bureaux régionaux.

Si vous avez des questions « sportives »

- Communiquez avec le ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche et demandez l'une des brochures suivantes :
  - — *Pêche Québec et Résumé des renseignements*
  - — *Chasse Québec et Résumé des renseignements*
  - — *Zones d'exploitation contrôlée (ZEC) et Pourvoiries*
  - — *Ski Québec*
  - — *Ski de randonnée et Raquette*
  - — *Randonnée nautique*
  - — *Activités et tarifs*
  - — *Hiver Québec et Été Québec*
  - — *Golf Québec*

Pour commander par la poste les publications du **ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche**:

▶ 150, boul. Saint-Cyrille Est
Case postale 22 000
Québec (Québec)
G1K 7X2
Tél.: (418) 643-3127

ou à l'un des bureaux régionaux:

▶ **Abitibi — Témiscamingue**
180, boul. Rideau
Bureau 280
Noranda (Québec)
J9X 1N9
Tél.: (819) 762-8103

▶ **Bas-Saint-Laurent — Gaspésie**
92, 2e Rue Ouest
Rimouski (Québec)
G5L 8B3
Tél.: (418) 722-3822

▶ **Côte-Nord**
818, boul. Laure
Sept-Îles (Québec)
G4R 1Y8
Tél.: (418) 968-1401

▶ **Estrie**
85, rue Holmes
Sherbrooke (Québec)
J1E 1S1
Tél.: (819) 565-1997

▶ **Montréal**
6255, 13e Avenue
Rosemont (Québec)
H1X 3E6
Tél.: (514) 374-5840

▶ **Québec**
Édifice de la Faune
C.P. 7200
9530, avenue de la Faune
Charlesbourg (Québec)
G1G 5H9
Tél.: (418) 622-4444

▶ **Nouveau-Québec**
C.P. 7200
9530, avenue de la Faune
Charlesbourg (Québec)
G1G 5H9
Tél.: (418) 622-3800

▶ **Outaouais**
13, rue Buteau
Hull (Québec)
J8Z 1V4
Tél.: (819) 771-4840

▶ **Saguenay — Lac-Saint-Jean**
3950, boul. Harvey
3e étage
Jonquière (Québec)
G7X 8L6
Tél.: (418) 547-6669

▶ **Trois-Rivières**
Édifice Capitanal
100, rue Laviolette
Trois-Rivières (Québec)
G9A 5S9
Tél.: (819) 373-4444

ou

- le Regroupement des organismes nationaux de loisir du Québec

▶ 1415, rue Jarry Est
Montréal (Québec)
H2E 2Z7
Tél.: (514) 374-4700, postes 422 et 425
sans frais: 1-800-361-9010

ou

- le Service des loisirs de votre localité

ou

- le Ministère de l'Industrie, du Commerce et du Tourisme

▶ 710, place D'Youville
9e étage
Québec (Québec)
G1R 4Y4
Tél.: (418) 643-5070

Publications:

— *Hébergement Québec* (répertoire de l'hôtellerie au Québec)

— *Camping Québec* (répertoire des terrains de camping du Québec)

- à l'un des bureaux de Communication-Québec (Voir annexe I)

Chaque âge a ses plaisirs... lequel ferez-vous vôtre?

La danse, l'artisanat, la peinture, les arts dramatiques, la sculpture, la musique, le bricolage, la céramique, tout ce qu'on qualifie de socioculturel... Oubliez vos appréhensions et dites-vous bien que, tous les chefs d'oeuvre, « ça se fait par du monde ». Toutes ces activités exigent un certain degré d'habileté, mais vous ne saurez jamais si vous possédez et pouvez développer cette habileté à moins de tenter l'expérience. À bas la crainte! Il y a peut-être en vous un artiste qui ne demande qu'à se révéler. Et que d'heures exaltantes cela vous procurera.

Vous connaissez ces organismes? Ils pourraient vous être utiles

Le Conseil canadien des arts populaires

Le Conseil est un organisme national qui vise à la promotion et au développement des arts populaires à travers le Canada. Il encourage la recherche, la conservation, le développement et l'avancement des héritages culturels de la population du Canada.

▶ 10, rue Notre-Dame Est
Bureau 200
Montréal (Québec)
H2Y 1B7
Tél.: (514) 861-5188

Les Conseils régionaux de la culture

Ces conseils sont des organismes privés sans but lucratif formés de groupes et de personnes intéressés au développement culturel dans leur milieu. Ils sont soutenus financièrement par le ministère des Affaires culturelles du Québec, qui leur reconnaît un rôle d'évaluation des besoins de la population dans les secteurs où il a juridiction. Il existe un conseil régional de la culture dans tous les districts de la province. Pour connaître l'adresse et le numéro de téléphone de votre conseil, consultez votre annuaire téléphonique sous l'appelation « Conseil ».

La liste des fédérations, associations ou clubs des différentes activités socioculturelles est trop considérable pour être mentionnée. Cependant, en communiquant avec le Regroupement des organismes nationaux de loisir du Québec, vous pourrez avoir toutes les informations désirées.

Saviez-vous, incidemment, qu'il existe une association des violoneux du Québec, une association des artisans de ceintures fléchées du Québec, une fédération de sauts de baril du Québec...

▶ **Regroupement des organismes nationaux de loisir du Québec**
1415, rue Jarry Est
Montréal (Québec)
Tél.: (514) 374-4700, poste 422, 425 ou 460
sans frais: 1-800-361-9010

Une aide financière « socioculturelle »

Concours « Mémoire d'une époque »

But :

Recueillir les récits de vie de Québécois dans le but de doter les archives d'une documentation basée sur la tradition orale.

Bénéficiaires :

Personnes âgées de 50 ans et plus, accepter de raconter à un interviewer ses plus beaux souvenirs pour le bénéfice des générations futures. À gagner : des prix de 1 000 $, 800 $ et 500 $ pour les meilleurs témoignages.

Pour information :

Pour obtenir le formulaire de participation, écrivez à :
Concours « Mémoire d'une époque »
Institut québécois de recherche sur la culture
93, rue Saint-Pierre
Québec (Québec)
G1K 4A3
Tél. : (418) 643-9107

Nouveaux Horizons

But :

Accorder des subventions à des groupes de retraités afin de leur permettre de réaliser des projets de leur choix tels : activités éducatives ou à caractère historique, activités liées aux organisations de personnes âgées, sports, conditionnement physique et jeux, recherches et publications, art, travaux manuels, activités sociales, etc.

Bénéficiaires :

Groupe de retraités d'au moins 10 personnes.

Pour information :

Programme Nouveaux Horizons
Complexe Guy-Favreau
200, boul. Dorchester Ouest
Tour Est, bureau 212
Montréal (Québec)
H2Z 1X4
Tél. : (514) 283-7306

ou

Programme Nouveaux Horizons
1, parc Samuel-Holland
Bureau 148
Québec (Québec)
G1S 4P2
Tél. : (418) 694-4314

Programme d'assistance financière pour la tenue de manifestations culturelles

But :

Promouvoir les fêtes populaires, qui sont un moyen privilégié d'expression de l'identité culturelle et historique d'une communauté régionale et du sens d'appartenance des individus à cette communauté ;

impliquer les municipalités, les intervenants des milieux culturel, sportif, touristique et de plein air ainsi que les groupes d'intérêt de la région au sein des mécanismes de participation prévus à l'intérieur de l'organisme responsable de la fête.

Bénéficiaires :

Une municipalité ;

un regroupement de municipalités ;

une commission intermunicipale de loisir incorporée ;

un organisme privé sans but lucratif légalement constitué ayant pour objet spécifique l'organisation d'une fête populaire.

Pour information :

Ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche
C.P. 22 000
150, boul. Saint-Cyrille Est
Québec (Québec)
G1K 7X2
Tél. : (418) 643-3127

ou avec l'un des bureaux régionaux.

Programme d'assistance financière aux manifestations locales et régionales de la Fête nationale du Québec

But :

Favoriser l'organisation de réjouissances visant à susciter la participation des Québécois ;

apporter un appui à l'implication des divers organismes du milieu ;

accorder un soutien financier facilitant la réalisation de projets locaux et régionaux.

Bénéficiaires :

Un organisme public ou parapublic ;

un organisme privé, sans but lucratif, légalement constitué ;

une fabrique établie conformément à la *Loi sur les fabriques* (L.R.Q., c. F-1) ;

un regroupement d'organismes.

Pour information :

Ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche
C.P. 22 000
150, boul. Saint-Cyrille Est
Québec (Québec)
G1K 7X2
Tél. : (418) 643-3127

ou avec l'un des bureaux régionaux.

Programme d'achat et de distribution de livres

But:

Distribuer à des groupes et organismes aux moyens financiers limités des ouvrages canadiens qu'ils pourront mettre à la disposition de certaines catégories de personnes qui ne pourraient y avoir accès autrement (personnes âgées, etc.).

Bénéficiaires:

Groupes et organismes à but non lucratif dont les crédits pour l'achat de livres sont limités.

Pour information:

Programmes d'achat et de distribution de livres
Conseil des arts du Canada
C.P. 1047
Ottawa (Ontario)
K1P 5V8
Tél.: (819) 237-3400
sans frais 1-800-267-8282

Programme explorations

But:

Encourager la recherche de nouvelles formes d'expression et de participation à la création artistique, l'exploration des diverses facettes du patrimoine culturel du Canada et l'éveil de la conscience publique et de l'intérêt pour l'activité artistique et culturelle.

Bénéficiaires:

Citoyens canadiens;

immigrants reçus comptant cinq années de résidence au Canada;

organismes canadiens à but non lucratif (le programme s'adresse aux individus, aux groupes et aux organismes ayant un projet sérieux et novateur dans le vaste domaine de la culture. L'accès n'en est pas limité aux artistes professionnels et n'exige pas qu'on ait reçu une formation particulière dans la discipline apparentée).

Pour information:

Programme Explorations
Conseil des arts du Canada
C.P. 1047
Ottawa (Ontario)
K1P 5V8
Tél.: (819) 237-3400
sans frais 1-800-267-8282

Si vous désirez suivre un cours « socioculturel »

Ces organismes sauront vous satisfaire:

- les cégeps;
- les commissions scolaires;
- les organismes privés;
- le Service des loisirs de votre municipalité;
- les universités.

Si vous avez des « questions socioculturelles »

Communiquez avec:

- l'un des bureaux régionaux du ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche, dont la liste se trouve à la page 365 du *Guide*;
- le Service des loisirs de votre localité;

ou

- le Centre local de services communautaires (C.L.S.C.) de votre localité, dont la liste se trouve à l'annexe II du *Guide*;

ou

- la Fédération de l'âge d'or du Québec

▶ 1415, rue Jarry Est
Montréal (Québec)
H2E 2Z7
Tél.: (514) 374-4700, poste 416

ou l'un des bureaux régionaux, dont la liste est mentionnée précédemment:

ou

- le ministère des Affaires culturelles

▶ 225, Grande-Allée Est
Québec (Québec)
G1R 5G5
Tél. : (418) 643-2183

ou

- le Conseil des arts du Canada

▶ 255, rue Albert
C.P. 1047
Ottawa (Ontario)
K1P 5V8
Tél. : (819) 237-3400
Sans frais 1-800-267-8282

ou

- l'un des bureaux de Communication-Québec, dont vous trouverez la liste à l'annexe I du *Guide*.

Le tourisme socioculturel : joindre l'utile à l'agréable

Vous avez le goût de vivre de nouvelles expériences, de connaître des gens... Voici quelques idées d'activités originales, culturelles, éducatives et intéressantes pour vous plaire !

Une colonie de vacances... pour personnes âgées

▶ **Colonie Sainte-Jeanne-d'Arc inc.**
10 020, route Marie-Victorin
Contrecoeur (Québec)
J0L 1C0
Tél. : (514) 743-8265 ou
583-3863 (Montréal)

Diverses activités de plein-air vous sont offertes toute l'année.

▶ **Domaine des pins Contrecoeur**
10 350, route Marie-Victorin
Contrecoeur (Québec)
J0L 1C0
Tél. : (514) 742-4767 ou
861-0168 (Montréal)

Un séjour en plein air avec l'aide d'un personnel compétent, où vous pouvez profiter d'activités de plein air adaptées à vos besoins.

▶ **Projet Changement inc.**
3553, rue Saint-Urbain
Montréal (Québec)
H2X 2N6
Tél. : (514) 844-1139 ou
843-3511

Un centre communautaire pour les aînés offrant des excursions, des activités quotidiennes et des camps au cours de l'été.

Pour en savoir plus long sur les colonies de vacances, adressez-vous à :

▶ **Association des camps du Québec**
1415, rue Jarry Est
Montréal (Québec)
H2E 2Z7
Tél. : (514) 374-4700, poste 447-448
Sans frais : 1-800-361-3834

Pour obtenir « l'Annuaire des camps de vacances du Québec », communiquez avec l'Association mentionnée plus haut ou contactez le Centre local de services communautaires (C.L.S.C.) de votre localité.

Des vacances à la ferme... comme dans l'bon vieux temps

▶ **Fédération des agricotours du Québec**
1415, rue Jarry Est
Montréal (Québec)
H2E 2Z7
Tél. : (514) 374-4700, poste 481 et 483

Un séjour à la ferme avec un programme et des activités de groupe. Durant la saison estivale, on vous offre le gîte de passant et la table champêtre. La Fédération a des bureaux régionaux à: La Pocatière, Rimouski, Sherbrooke, New-Richmond, Chicoutimi, Saint-Georges de Beauce et Saint-Irénée.

Des vacances en famille

▶ **Mouvement québécois des camps familiaux inc.**
1415, rue Jarry Est
Montréal (Québec)
H2E 2Z7
Tél.: (514) 374-4700, postes 326, 331 et 386

Le Mouvement québécois des camps familiaux vous soutiendra dans la réalisation de vos projets de vacances. Il vous informera des diverses formules communautaires et autres.

▶ **Vacances-Familles inc.**

1601, boul. Roland-Therrien
Longueuil (Québec)
J4J 4C5
Tél.: (514) 468-6522

1415, rue Jarry Est
3e étage
Montréal (Québec)
H2E 2Z7
Tél.: (514) 374-3546

1661, avenue du Parc
Sainte-Foy (Québec)
G1W 3Z3
Tél.: (418) 658-0576 ou
653-2810

Vacances-Familles vous offre la possibilité de prendre des vacances à bon compte selon vos goûts, vos besoins et vos possibilités. On vous proposera un réseau d'hébergement dans diverses régions du Québec: hôtels, auberges, chalets, centres de vacances, fermes et maisons rurales.

Séjours culturels des aînés/Elder Hostel

Un séjour culturel international pour les aînés où Canadiens, Américains et Européens découvrent un coin de pays tout en bénéficiant de cours universitaires « reposants ». On vous offre la possibilité d'habiter dans plus de 700 collèges ou universités à travers le monde, de suivre des cours le matin et de faire du tourisme le reste de la journée, le tout à prix très, très abordable. Au Québec, seules l'Université Laval et l'Université Bishop à Lennoxville offrent ce service.
Pour plus d'information:

▶ **Séjours culturels des aînés**
Direction de l'extension de l'enseignement
Local 2379
Pavillon Bonenfant
Université Laval
Sainte-Foy (Québec)
G1K 7P4
Tél.: (418) 656-3202

La cabane à sucre ou la cueillette des fraises, des pommes, des bleuets...

Le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation vous propose deux brochures « *Où aller à la cabane à sucre* » et « *Cueillez-les vous-mêmes* », qui contiennent le répertoire des producteurs participants. Une belle journée en perspective...

Pour vous procurer gratuitement ces brochures, contactez le:

▶ **Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation**
Centre de distribution
C.P. 1693
Québec (Québec)
G1K 7J8
Tél.: (418) 643-2516

Le Manoir Montmorency... la vie de château, spécialement pour vous

▶ 2490, avenue Royale
Courville (Québec)
G1C 1S1
Tél.: (418) 663-2877

Situé sur le site exceptionnel de la Côte de Beaupré, le Manoir Montmorency, en collaboration avec le ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche, met à votre disposition toute une gamme d'activités et de services à un prix plus que raisonnable. Le Manoir dispose de 60 chambres, d'un pavillon, de salles de réunion et de détente, d'une salle à manger, d'un bar, d'une bibliothèque, d'une salle de billard, d'une boutique d'artisanat et d'une chapelle. Un service d'animation prépare des activités variées et divertissantes: excursions et visites organisées, jeux de société...

Vous voulez organiser une activité... voici quelques coups de pouce

- Société québécoise de promotion du tourisme socioculturel

▶ 1415, rue Jarry Est
Montréal (Québec)
H2E 2Z7
Tél.: (514) 374-4700, poste 496

La Société vous propose une aide et des conseils judicieux sur « l'art de voyager ». Elle vous dirigera vers l'organisme qui pourra répondre à vos besoins.

- Ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche

▶ Direction du loisir touristique
150, boul. Saint-Cyrille Est
7e étage
Québec (Québec)
G1R 4Y1
Tél.: (418) 643-3459

ou à l'un des bureaux régionaux

Programme d'assistance au voyage
« Découverte du Québec »

Il s'agit d'un programme d'aide financière accordée aux groupes spéciaux d'adultes pour leur permettre d'organiser des voyages au Québec dans le but de leur faire connaître la province dans la diversité de ses régions et dans la variété de ses coutumes. La date limite pour proposer un projet est le 30 juin. Pour plus d'information ou pour obtenir un formulaire d'inscription, adressez-vous au Ministère à l'adresse mentionnée plus haut.

Vous partez en voyage...

Découvrir le monde!

Même avec un budget réduit, il demeure possible de voyager. Toutefois, il faut savoir profiter des tarifs spéciaux et comparer les prix. Ce qu'il y a de merveilleux dans un voyage, c'est qu'il commence en même temps que sa préparation. Il peut donc durer des années. Allez! ne vous privez pas. Faites de beaux projets de voyage; constituez-vous des dossiers sur les endroits que vous rêvez de visiter; étudiez-les et parlez-en. L'Europe, les mers du Sud, le Mexique, l'Amérique du Sud, les Rocheuses, les Maritimes, les Prairies...

Les voyages organisés... sans « se faire organiser »

Un voyage organisé peut vous sembler une formule très intéressante. D'ailleurs, elle l'est. Cependant, avant de signer le contrat, soyez assuré de connaître toutes les modalités de votre voyage.

Le voyage organisé offre une foule d'avantages pratiques:

- il simplifie les formalités de voyage qui sont prises en charge par l'agent de voyages: réservations dans les hôtels, identification aux frontières, transports, etc.;

- il vous permet de prévoir le prix de votre voyage;
- il vous enlève le souci de payer au fur et à mesure toutes les dépenses que vous devez effectuer;
- il peut apporter une certaine sécurité: on vous informera des coutumes du pays, on vous conseillera à propos des transactions bancaires.

Par ailleurs, lors d'un voyage organisé, vous ne pouvez choisir librement vos activités, vous devez respecter un horaire et un itinéraire fixes. Pour certains, ces exigences sont des désagréments. Tout compte fait, c'est une question de goût!

Votre agent de voyages... ses obligations

On ne s'improvise pas agent de voyages. Cette profession est régie par des règlements que tout agent doit suivre et que vous devriez connaître, en partie... Ça pourrait vous éviter des ennuis.

Lorsque vous consultez un agent de voyages, assurez-vous qu'il s'agit d'un agent autorisé, détenteur d'un permis du ministère de l'Habitation et de la Protection du consommateur.

Un simple coup d'oeil vous le dira:

- le permis doit être affiché, bien à la vue, dans le local où l'agent exerce son activité;
- toute forme de publicité doit préciser que l'agent détient un permis.

Si votre agent ne peut vous montrer son permis, il y a de fortes chances pour qu'il exerce illégalement la fonction d'agent de voyages...

Ce règlement demeure en vigueur si vous vous improvisez agent de voyages. Il arrive que certaines personnes, responsables d'un groupe, décident d'organiser un voyage de quelques jours à l'extérieur du Québec et qu'elles ne se préoccupent nullement de la loi... *Attention aux amendes.* Une

association, société, corporation ou club peut exercer les fonctions d'agent de voyages sans permis si ses opérations se rapportent à des voyages qui s'effectuent de façon occasionnelle, exclusivement au Québec et dont la durée n'excède pas 72 heures.

Vous voulez organiser, sans problème ni risque d'amende, un voyage pour les membres de votre club? Communiquez avec l'**Office de la protection du consommateur**.

▶ **À Montréal :**
Service des enquêtes
5199, rue Sherbrooke Est
Pyramide D, bureau 2360
Village olympique
Montréal (Québec)
H1T 3X1
Tél. : (514) 255-0344

▶ **À Québec :**
Service des permis
6, rue de l'Université
4e étage
Québec (Québec)
G1R 5G8
Tél. : (418) 643-1484

Toute la publicité écrite ou imprimée que vous remet votre agent de voyages doit comporter :

- l'énumération des services compris dans votre voyage ;
- la période au cours de laquelle le prix de votre voyage est celui qui est annoncé ;
- les conditions de remboursement ou de non-remboursement des dépôts ;
- les modalités d'annulation partielle ou totale de votre voyage.

La *Loi sur les agents de voyages* (L.R.Q., c. A-10) oblige ces derniers à vous fournir une confirmation écrite des conditions de remboursement ou de non-remboursement. Donc, avant de donner un dépôt ou d'effectuer un règlement complet, réclamez cette confirmation.

Chaque fois que vous remettez une somme d'argent à votre agent de voyages, exigez un reçu. Il doit indiquer la date, votre nom et votre adresse, le montant reçu et le solde à percevoir, le cas échéant, la mention que l'argent a été

déposé en fiducie et enfin les conditions de remboursement éventuel.

Votre agent doit vous remettre, au plus tard sept jours avant votre départ, vos billets d'avion ou autre moyen de transport, vos réservations dans les hôtels ou billets d'excursions si vous les avez payés. Naturellement, si vous avez demandé les services de votre agent moins de sept jours avant votre départ, ce délai ne peut être respecté. Dans ce cas, il suffit que vous receviez vos billets avant de partir en voyage.

Si votre agent désire annuler votre voyage, il doit vous adresser un préavis d'au moins sept jours. Le préavis n'est toutefois pas exigé dans un cas de force majeure, tels un tremblement de terre, une guerre civile, etc.

Si votre agent de voyages ne se conforme pas à l'une de ces exigences, vous pouvez déposer une plainte auprès de:

▶ **Office de la protection du consommateur**
6, rue de l'Université
5e étage
Québec (Québec)
G1R 5G8
Tél.: (418) 643-8652

Votre hôtel: le client a-t-il toujours raison?

Vous avez réservé une chambre dans un hôtel, à quoi devez-vous vous attendre?

Naturellement, votre chambre doit être propre, le mobilier et l'équipement en état de fonctionnement, les draps, les serviettes et les taies d'oreiller doivent être remplacées chaque jour. Mais où se situe la limite du client exigeant et de l'hôtelier négligeant?

La loi vous le dira

Le seul fait de retenir ou de louer une chambre dans un hôtel constitue un contrat qui relève automatiquement de la loi. Toutefois, les modalités de ce contrat varient selon les

pays où vous vous trouvez. Au Canada, le contrat hôtelier tombe sous la juridiction des provinces. L'Assemblée nationale du Québec, pour sa part, a adopté la *Loi sur l'hôtellerie* (L.R.Q., c. H-3). Les autres provinces connaissent le même type de loi, mais sous des appellations différentes.

Peu importe votre destination, Québec, Cuba ou les Antilles, il est préférable de vous informer de vos droits concernant l'hôtellerie. Votre agent de voyages demeure la première personne-ressource. Toutefois, vous pouvez obtenir tous les renseignements concernant la province de Québec au:

▶ **Ministère de l'Industrie, du Commerce et du Tourisme**
Service de l'hôtellerie
150, boulevard Saint-Cyrille Est
7e étage
Québec (Québec)
Tél.: (418) 643-2230

Pour toutes les autres provinces canadiennes ou un pays étranger, communiquez avec:

L'Office du tourisme du Canada

▶ **À Montréal:**
Tourisme du Canada
800, place Victoria,
12e étage, bureau 1233,
Montréal (Québec)
H4Z 1E8
Tél.: (514) 283-6402
Sans frais: faites le « 0 » et demandez le Zénith 03200

ou

Le ministère des Affaires extérieures du Canada

▶ **À Montréal:**
Complexe Guy-Favreau
Tour Ouest,
2e étage, bureau 215,
200, boul. Dorchester Ouest
Montréal (Québec)
H2Z 1X4
Tél.: (514) 283-2152

▶ **À Québec:**
Condominium 2535
2535, boul. Laurier Est
5e étage
Sainte-Foy (Québec)
G1V 4M3
Tél.: (418) 694-4990
694-4992

Attention! Rabais!

Des réductions sont accordées aux aînés dans la plupart des hôtels, des motels et des auberges. Renseignez-vous avant de partir.

Informez-vous auprès:

- de votre agent de voyages;
- des associations touristiques régionales;
- des clubs automobiles.

Chacun ses droits

Lorsque vous partez en voyage, il est essentiel de connaître vos droits à titre de voyageur. Il existe un droit qui privilégie l'hôtelier et que vous auriez tout intérêt à connaître... il s'agit du droit de rétention.

Après votre séjour, l'hôtelier doit vous remettre l'original d'une facture détaillée. Si vous n'êtes pas d'accord avec lui au sujet de cette note et que vous refusez d'acquitter celle-ci, l'hôtelier pourra vous poursuivre en justice, bien sûr, mais aussi retenir vos bagages. Il serait donc préférable dans ce cas de payer d'abord et de déposer, par la suite, une plainte à l'Office de la protection du consommateur.

Dans les autres provinces canadiennes et dans la plupart des pays où affluent les touristes, les lois sont similaires. Informez-vous à Tourisme Canada ou au ministère des Affaires extérieures du Canada avant de partir. Une erreur de votre part ou de votre agent de voyages peut entraîner ce genre de situation plutôt désagréable et dévastatrice pour votre garde-robe.

Perte de bagages... cherchez le coupable

Qu'arrive-t-il si vous logez dans un établissement public et que le maître d'hôtel vous informe que l'on a perdu vos bagages ou que ces derniers ont été endommagés?

Il peut tout simplement y avoir entente entre l'hôtelier et vous pour le partage des responsabilités. Sinon, au Québec, c'est l'article 1815 du Code civil qui déterminera le responsable.

Il y a plusieurs possibilités...

Dans le premier cas, la responsabilité de l'hôtelier est limitée à 40 $, à condition qu'il ait affiché le texte de l'article du Code civil bien en vue dans les bureaux, les salles publiques et les chambres à coucher de son établissement. Il vous est donc facile de vérifier si l'affichage a été fait. Nous soulignons que la responsabilité n'est limitée que si les bagages sont volés ou endommagés par les employés de l'hôtelier ou par des personnes allant et venant dans la maison.

Dans le deuxième cas, l'hôtelier est responsable pour le plein montant. D'abord, si une copie de l'article 1815 n'était pas affichée et ensuite si les pertes ou dommages ont été causés par la volonté, la faute ou la négligence de l'hôtelier ou celle de ses employés. Si l'hôtelier laisse les bagages dans un endroit accessible à tout le monde et qu'ils sont volés, sa négligence le rendra responsable de leur pleine valeur. Il en est de même dans le cas où des biens ou des effets ont été expressément confiés à sa garde, pourvu que vous acceptiez de les déposer dans un receptacle qu'il fermera lui-même. Si, par la faute de l'hôtelier vous êtes incapable de déposer vos biens, l'hôtelier sera tenu responsable du plein montant de ces biens.

Dans un troisième cas, l'hôtelier n'est pas responsable du tout! Si les pertes ou dommages résultent d'un vol à main armée ou d'un cas de force majeure. Il n'est pas non plus responsable si le dommage a été causé par une personne ne

faisant pas partie de ses employés, par suite d'une négligence de votre part. Si vous laissez la porte de votre chambre ouverte pendant votre absence, l'hôtelier n'aura pas à vous dédommager.

Prenez note que même si vous avez convenu d'un accord avec l'hôtelier au sujet de sa responsabilité envers vos bagages, il ne pourra pas s'exonérer des dommages causés par sa faute.

Il existe des recours

Si vous croyez avoir été lésé par un agent de voyages ou un hôtelier, essayez de vous entendre à l'amiable; sinon, aux grands maux les grands remèdes...

- consultez un avocat afin de déterminer s'il y a matière à poursuite; ou
- adressez-vous à la Cour des petites créances s'il s'agit d'une réclamation de 800 $ et moins.[1]

Vous trouverez la liste d'adresses des Cours de petites créances dans votre annuaire téléphonique, à la section « Gouvernement du Québec », sous la rubrique « Justice ».

1. Au moment de la préparation du *Guide* il y avait un projet de loi pour augmenter le montant maximum des réclamations à 1 000 $ au lieu de 800 $.

Partir en voyage... un art!

Malheureusement, il est faux de prétendre que pour partir en voyage, on n'a besoin que de sa brosse à dent et son bikini. Ces articles sont très utiles, mais il y a aussi...

Vos billets de transport

Primordial n'est-ce pas? Que ce soit pour l'avion, le bateau, le train ou l'autobus, lorsque vous achetez un billet de transport, il est important de connaître vos engagements et vos responsabilités de même que ceux et celles du transporteur.

En avion...

Pour les voyages en avion, au Canada, c'est le gouvernement fédéral qui assure la réglementation de l'aviation civile. Pour entrer en activité et offrir leurs services, les transporteurs aériens doivent obtenir un permis délivré par la Commission canadienne des transports, qui leur impose d'engager leur responsabilité pour dommages à la personne, pour un minimum de 300 000 $. Dans le cas de bagages perdus ou endommagés, ils doivent s'engager à un dédommagement de 100 $ par passager.

En bateau...

Si vous êtes un fervent des croisières en bateau, souvenez-vous que les compagnies de transport maritime se portent, jusqu'à un certain point, responsables des voyageurs et des bagages. Vous avez le plein droit d'obtenir ce pour quoi vous avez payé:

- une cabine propre;
- des repas conformes à la description qu'en donnaient les dépliants publicitaires de la compagnie;
- le respect de l'horaire et des escales prévus (du moins dans la limite du possible).

À moins de contretemps technique majeur ou de conditions météorologiques dangereuses, la compagnie de transport maritime est obligée de respecter les termes de son contrat.

Par ailleurs, vous devez prendre certaines précautions à l'égard des bagages et des articles de valeur que vous laissez dans votre cabine. Le contrat de transport limite, en général, la responsabilité de la compagnie à 200 $ en cas de perte ou de détérioration de tels objets. Vous devriez donc garder la porte de votre cabine fermée à clef et confier vos objets de valeur au commissaire de bord.

En train...

Dès que vous montez à bord d'un train, la loi considère qu'il s'établit un contrat entre la compagnie ferroviaire et vous. Un contrat est passé même lorsque vous payez votre billet en cours de route, directement au contrôleur.

En vertu de cette règle, vous êtes en droit de vous faire transporter à l'endroit qu'indique votre billet. Le contrôleur a le droit de vous demander de montrer votre billet de train. Si vous ne pouvez le faire, vous devrez en racheter un autre ou descendre à l'arrêt suivant. La perte du billet n'est pas considérée comme une excuse valable. Toutefois, le contrôleur ne peut exercer de façon absolue son droit d'expulser

les passagers sans billet ou les indésirables. Il lui faut user de prudence et de tact.

Lorsque vous voyagez par train, vous ne pouvez vous prévaloir d'un droit exclusif sur une place en particulier, sauf si le billet l'indique. Les compagnies vendent des billets garantissant simplement au client qu'il pourra occuper une place dans le train. Mais rassurez-vous, aucune compagnie canadienne ne vend plus de billets qu'il y a de places assises dans les trains, mais « qui va à la chasse perd sa place ». Les compagnies de chemins de fer assument vis-à-vis des passagers et de leurs bagages la même responsabilité qu'un transporteur public, ce qui signifie, entre autres choses, qu'elles se reconnaissent une responsabilité limitée.

En autobus...

Vous avez opté pour l'autobus, ce moyen de transport commode et économique, voici quelques points de la réglementation concernant les services de cette catégorie:

- les véhicules de transport public doivent être conçus de manière à ce que le va-et-vient continu des passagers y soit possible;
- les autobus qui effectuent de longs trajets doivent être équipés de filets à bagages conformes à des normes précises de sécurité;
- les compagnies de transport par autobus sont tenues légalement de souscrire à des assurances couvrant les frais qu'entraîneraient pour leurs passagers les blessures subies au cours d'un accident;
- lors d'une panne, au cours d'un voyage, il incombe à la compagnie propriétaire de fournir dans les plus brefs délais un véhicule de relève;
- dans le but de protéger les usagers, le chauffeur peut refuser à un passager de monter dans son véhicule lorsque celui-ci est rempli (le nombre de passagers debout est strictement déterminé). Il peut de même en refuser l'accès aux personnes qui sont en état d'ébriété.

Si vous avez des plaintes à formuler, communiquez avec:

▶ **Commission canadienne des transports**
Administration centrale
Terrasses de la Chaudière
Bureau 1910
15, rue Eddy
Hull (Québec)
Adresse postale:
Ottawa (Ontario)
K1A 0N9

• Tél.: (819) 997-6030 transport aérien
Tél.: (819) 997-7046 le transport ferroviaire
Tél.: (819) 997-6391 le transport maritime

ou

▶ **Commission canadienne des transports**
Édifice Dominion Public
Bureau 702
685, rue Cathcart
Montréal (Québec)
H3B 1M7
Tél.: (514) 283-5722

Pour le transport par autobus, communiquez avec:

▶ **Commission des transports du Québec**

585, boul. Charest Est
Québec (Québec)
G1K 7W5
Tél.: (418) 643-5673

505, rue Sherbrooke Est
Montréal (Québec)
H2L 1K2
Tél.: (514) 873-6414

Votre passeport, pour passer partout

Pour passer la frontière d'un pays étranger autre que les États-Unis, le Mexique et certains pays des Antilles, vous devrez obligatoirement présenter votre passeport, c'est-à-dire cette pièce d'identité officielle, émise par le ministère des Affaires extérieures, qui confirme votre citoyenneté. Personne n'y échappe... pas même les bébés.

On vous conseille de vous munir d'un passeport, même si celui-ci n'est pas exigé par le pays où vous comptez vous

rendre. Il constitue la preuve la plus universellement acceptée de votre citoyenneté canadienne et devrait faciliter vos rapports avec les autorités et les citoyens du pays concerné. Pour obtenir le vôtre, il vous suffit de remplir un formulaire de demande que vous pourrez trouver dans:

- les agences de voyages;
- les bureaux de la douane ou de l'immigration;
- les bureaux de poste;
- les bureaux régionaux des passeports;
- les cours de citoyenneté.

Il vous faudra y indiquer le nom d'un répondant qui doit satisfaire aux exigences prescrites par le formulaire et y joindre deux photographies de vous-même, votre certificat de naissance ou de citoyenneté ainsi qu'un chèque visé ou un mandat-poste au montant de 21 $. Le tout doit être envoyé par la poste (délai de 30 jours) à: 200, promenade du Portage, Hull (Québec), J8X 4B6 ou présenté en personne (délai de 3 jours) à l'une des adresses suivantes:

▶ **Bureau régional des passeports**

200, boul. Dorchester Ouest
Complexe Guy-Favreau
2e étage, bureau 215
Tour Ouest
Montréal (Québec)
H2Z 1X4
Tél.: (514) 283-2197

Affaires extérieures Canada
Condominium 2535
2535, boul. Laurier Est
5e étage
Sainte-Foy (Québec)
G1V 4M3
Tél.: (418) 694-4990

Il est préférable d'envoyer votre demande suffisamment à l'avance, en raison du grand nombre de formulaires que doit traiter ce bureau. Sachez que votre passeport est valide durant cinq ans à compter de la date d'émission et qu'il ne peut être renouvelé. Il vous faudra donc présenter une nouvelle demande à la date d'expiration. Prenez note que dorénavant le service de douane américaine exige l'identification de tout citoyen par le certificat de naissance, un

passeport ou la carte de citoyenneté. *Le permis de conduire n'est plus accepté.*

Que faire en cas de perte ou de vol de votre passeport?

En cours de voyage, communiquez immédiatement avec les autorités policières de l'endroit ou avisez le bureau consulaire canadien le plus proche. S'il n'y a pas de consulat du Canada, vous pouvez vous adresser au consulat de Grande-Bretagne. Les circonstances qui entourent la perte d'un passeport font toujours l'objet d'une enquête sérieuse, car on craint le marché noir; le prix d'un passeport canadien y est souvent fort élevé.

Si vous constatez la perte ou le vol de votre passeport avant de partir en voyage, faites parvenir au Bureau des passeports (à l'une des adresses mentionnées précédemment) une déclaration officielle mentionnant votre nom, votre adresse, le numéro de votre passeport, la date d'émission de celui-ci, la date et les circonstances de la perte, la date de la déclaration à la police locale ainsi que les efforts que vous avez entrepris pour le retrouver.

Chaque pays a ses exigences

Chaque pays a le droit d'imposer des conditions d'entrée, de limiter la durée du séjour et même, au besoin, de refuser l'entrée à un visiteur. Certains demandent un visa, et les exigences relatives à ce dernier sont imposées par les pays étrangers eux-mêmes.

Il y a un ensemble de formalités qu'il vaut mieux connaître, afin de vous éviter des ennuis. Consultez votre agence de voyages, l'ambassade ou un consulat du pays concerné au Canada et vérifiez si ce pays de destination a des exigences précises quant à la période de validité du passeport, si vous devez obtenir un permis d'entrée ou de sortie, des certificats médicaux, etc. Par ailleurs, comme les visas peuvent être longs à obtenir, veillez à présenter vos demandes à l'ambassade ou au consulat compétent bien avant la date prévue pour votre départ.

Les adresses des missions étrangères au Canada figurent dans la brochure « *Corps diplomatique et Représentants consulaires et autres au Canada* ».
Vous pouvez vous la procurer moyennant 3,95 $, payables par chèque ou mandat à l'ordre du **Receveur général du Canada**, en vous adressant au :

▶ **Centre d'édition du gouvernement du Canada**
Approvisionnements et Services Canada
Ottawa (Ontario)
Canada
K1A 0S9

Vous pouvez également la consulter dans les bureaux des passeports et dans la plupart des grandes bibliothèques publiques du Canada.

La variole, le choléra, la fièvre jaune... il faut prévenir

Un simple petit vaccin et le tour est joué. L'immunisation n'est pas requise lors de tous vos voyages, tout dépend de votre destination et de votre itinéraire. Pour connaître les immunisations exigées ou recommandées par chacun des pays, consultez :

- votre médecin ;
- les services municipaux de santé ;
- le ministère des Affaires sociales du Québec ;
- ou un bureau de Santé et Bien-être social du Canada.

Si vous suivez un traitement médical spécial, ou si vous portez des lunettes ou des verres de contact, emportez avec vous vos ordonnances de même qu'un certificat de votre médecin indiquant la maladie dont vous souffrez, le traitement en cours ainsi que la marque et le nom générique des médicaments prescrits. Vous pourrez ainsi obtenir beaucoup plus facilement une aide médicale en cas d'urgence. De même, si vous souffrez d'allergies ou si votre état de santé

vous interdit de recevoir certains vaccins, exigez un certificat médical à cet effet.

Pour en savoir davantage sur l'immunisation et les climats tropicaux..., procurez-vous le « *Guide du voyageur international* » publié par le ministère de la Santé et du Bien-être social du Canada, qui vous renseigne sur les règles internationales concernant l'immunisation. Par ailleurs, si vous prévoyez voyager dans les pays tropicaux ou dans toute autre région qui se caractérise par une chaleur excessive, le gouvernement du Canada a préparé une brochure à votre intention, « *Comment rester en bonne santé dans les climats chauds* ». Elle contient tous les renseignements nécessaires en ce qui concerne l'immunisation, les méfaits de la chaleur et les maladies provoquées par les insectes. Vous y trouverez une liste des boissons et aliments dont il faut vous méfier.

Vous pouvez obtenir ces brochures en vous adressant à:

▶**Direction générale des services médicaux**
Complexe Guy-Favreau
200, boul. Dorchester Ouest
Tour Est
2e étage, Bureau 202
Montréal (Québec)
H2Z 1X4
Tél.: (514) 283-4817

▶**Services médicaux**
Santé et Bien-être social Canada
Édifice Jeanne-Mance
Parc Tunney
Ottawa (Canada)
K1A 0L3
Tél.: (613) 995-3561

Voyagez... assuré de votre santé

Tout prévoir, même les désagréments, fait partie des préparatifs d'un voyage. Par conséquent, il est préférable de jeter un coup d'oeil du côté de vos assurances, au cas où...

L'assurance-maladie du Québec a des frontières

Vous pouvez bénéficier des services assurés en vertu des régimes d'assurance-maladie et d'assurance-hospitalisation du Québec dans toutes les provinces canadiennes. Toutefois, en cas d'hospitalisation à l'extérieur de la province, la Régie remboursera à l'hôpital le coût des services assurés que vous y aurez reçus, au tarif le plus bas de l'établissement. Concernant les services d'un professionnel, le montant du remboursement auquel vous avez droit est le même qu'au Québec. Pour obtenir un remboursement, vous devrez remplir le formulaire « Demande de remboursement » que vous pouvez vous procurer à la Régie de l'assurance-maladie du Québec. Pour pallier ces limites financières, il vous est possible de souscrire une assurance complémentaire auprès d'une compagnie privée pour couvrir la différence entre le coût des services reçus et le montant payé par la Régie.

Vous pourriez avoir des surprises désagréables lors d'un voyage à l'extérieur du Canada: les frais médicaux et hospitaliers sont souvent exorbitants. L'assurance-maladie du Québec couvrira les frais uniquement si vous êtes hospitalisé à la suite d'une maladie subite (crise cardiaque, pneumonie, hémorragie, etc.) ou d'un accident. La Régie assume le coût des services hospitaliers jusqu'à concurrence de 700 $ plus 50 % des frais qui excèdent ce montant. Dans tous les autres cas, la Régie n'accordera aucun remboursement. Cela pourrait vous donner un rude coup d'apprendre, par exemple, qu'il faut régler comptant, avant d'obtenir son congé, les honoraires de médecin et d'hôpital de plusieurs milliers de dollars...

Pour plus de renseignements sur le régime d'assurance-maladie du Québec, communiquez avec:

▶ **Régie de l'assurance-maladie du Québec**
Correspondance des bénéficiaires
Case postale 6600
1125, chemin Saint-Louis
Québec (Québec)
G1K 7T3
Tél.: À Québec (418) 643-3445
Tél.: À Montréal (514) 256-2611
Interurbain sans frais: 1-800-463-4881

L'assurance-voyage à la portée de tous!

L'assurance-voyage proprement dite s'obtient auprès de courtiers d'assurances ou d'agents de voyages. Ils offrent des assurances-voyage individuelles ou de groupe: vie, accidents, perte de biens, avec clauses de rapatriement, le cas échéant. Vous pouvez aussi prendre une assurance dans les aéroports et même acheter de l'assurance-vie dans les distributrices automatiques à l'aéroport. En somme, vous pouvez, en l'espace de quelques minutes et sans subir d'examen médical, souscrire à une assurance contre les risques de voyage.

La couverture des risques varie selon le type de police choisi. En règle générale, toutes les polices d'assurance prévoient le paiement d'une indemnité au bénéficiaire désigné lorsque l'assuré meurt à la suite d'un accident survenu alors qu'il utilisait un mode de transport public. Certaines polices ne couvriront que les accidents d'avion. D'autres prévoieront le versement à l'assuré d'une indemnité en cas de blessure grave, que cette blessure vous soit infligée en cours de trajet ou durant votre séjour à l'étranger. Tout compte fait, il faut vous donner la peine de lire toutes les clauses de votre police d'assurance. Vous devez savoir avec exactitude contre quels risques vous vous assurez.

Quelques exemples de primes d'assurances concernant les frais médicaux, d'hospitalisation et autres

L'assurance-voyage à forfait (pour une personne)

	Compagnie	Lloyd's Le Voyageur	Mutuelle d'Omaha	La Laurentienne	Nomad Interna-tional	Croix-Bleue du Québec
COUVERTURE	Frais médicaux	1 000 000 $	illimité	100 000 $	illimité	illimité 100 %
	Bagages	1 000 $	500 $	1 000 $	500 $	Rien
	Accident en vol	250 000 $	50 000 $	200 000 $	2 000 $	25 000 $
	Accident autre transport	250 000 $	25 000 $	200 000 $	2 000 $	25 000 $
	Autres accidents	120 000 $	12 500 $	100 000 $	2 000 $	25 000 $
	Rente invalidité	1 000 $ /mois	non	2 000 $ /mois	10 000 $ 1 fois	Rien
COÛTS	8 jours	35 $	14 $	33 $	10 $	13,20 $
	15 jours	52 $	21 $	56 $	10 $	24,75 $
	23 jours	68 $	29 $	75 $	20 $	37,95 $
	31 jours	85 $	37 $	89 $	28 $	51,15 $
	46 jours	115 $	55 $	132 $	37 $	75,90 $
	180 jours	364 $	229,30 $	399 $	—	297 $

Note: Nous n'avons pas recensé tous les programmes disponibles sur le marché.
Nous vous signalons que ces coûts peuvent avoir changé dernièrement. Cette liste était à jour le 1er mai 1984.

Coûts et couvertures pour assurance-voyage et assistance (pour une personne)

Compagnie	Trafic Voyages	La Croix-Bleue	Lloyd's Le Voyageur
Frais médicaux + hospitalisation	Oui	Oui	Oui
Assistance médicale	Oui	Oui	Oui
Assistance technique et financière	Oui	Oui	Oui
Firmes participantes	Mutuelle d'Omaha et ISA-Union Assurance de Paris	La Croix-Bleue et American Express et Europ-Assistance	Lloyd's et Medex International
Coûts	9 $/ semaine	15,40 $/ semaine	30 $/ semaine
Zone	25 pays Europe + Proche-Orient	Monde entier	Monde entier
Limites	Obligation achat autre produit Trafic	non	non
Remarques			Comprend assurance-vie + assurance annulation + assurance bagages

Note: Les commentaires du tableau précédent s'appliquent également à celui-ci.

Voyager en automobile a ses exigences

Permis de conduire international et carnet de passage sont-ils pour vous des termes familiers? Vous pourriez faire connaissance très rapidement avec eux si vous avez décidé de voyager en automobile. S'il s'agit d'un voyage au Canada ou aux États-Unis, votre police d'assurance ordinaire suffit. Mais si vous désirez utiliser votre propre voiture à l'étranger, que ce soit pour franchir les frontières ou pour expédier en cargo votre véhicule outre-mer, vous auriez tout intérêt à examiner attentivement les clauses de votre police d'assurance. Il peut être également utile de consulter le:

▶ **Bureau des assureurs du Canada** (BAC)
1001, boul. Maisonneuve Ouest
6e étage, Bureau 650
Montréal (Québec)
H3A 3C8
Tél.: (514) 288-6015
Sans frais: 1-800-361-5131

Il y a aussi tous ces documents qui sont nécessaires à l'occasion: permis de conduire international, carnet de passage... Dans bon nombre de pays, il faut être en possession d'un carnet de passage pour être autorisé à faire traverser la frontière à votre voiture. Le carnet est un permis de circulation temporaire, émis par le pays d'immatriculation et accepté par le pays hôte; normalement, on ne peut se défaire de sa voiture à l'extérieur du pays d'immatriculation sans accepter les droits d'importation. De plus, vous devez avoir en votre possession un permis de conduire valide et il se peut également que vous ayez à fournir la preuve d'une assurance-automobile tous risques.

Pour en savoir davantage sur les exigences des voyages en automobile, communiquez, avant votre départ, avec:

- un club touristique; ou
- un club automobile.

Parlons d'argent!

Si l'on vous dit « voyage », vous pensez « vacances », si l'on vous dit « vacances », vous pensez « argent ». Mais quelle sorte d'argent?

Si vous n'avez pas prévu, avant votre départ, de vous procurer des devises étrangères, vous pourriez apprendre, à vos dépens, que la monnaie canadienne n'a pas la même valeur partout dans le monde, et même qu'elle n'est pas acceptée dans tous les pays. Pour savoir si vous aurez besoin de pesos, de francs, de dollars, d'escudos, de leks ou de marks... consultez, avant de quitter le Canada, une banque ou un établissement de change capable de vous conseiller sur les devises à utiliser dans chacun des pays que vous comptez visiter. Ils vous rappelleront quelques précautions élémentaires à prendre au sujet de votre argent comme:

- d'apporter une petite somme en devises étrangères dont vous pourriez avoir besoin dès votre arrivée pour de menues dépenses, telles que le taxi et les pourboires;
- du montant de devises auquel vous avez droit;
- d'utiliser des chèques de voyage. Ils sont acceptés presque partout et sont garantis contre la perte ou la destruction;
- d'emporter votre carte de crédit. Les cartes en usage au Canada sont, pour la plupart, acceptées dans tous les coins du monde;
- du taux de change pour votre argent.

***N'oubliez pas*:**

- **gardez dans un endroit distinct un relevé de vos chèques de voyage et de vos cartes de crédit, de sorte qu'en cas de vol ou de perte, ils puissent être rapidement annulés ou remplacés.**
- **Identifiez correctement vos bagages.**

Je déclare : avant et après

Vous n'apprécierez nullement, à votre retour au Canada, qu'un douanier vous oblige à payer des taxes sur votre appareil-photo que vous aviez acheté à Québec... Dans ce cas, voyez-y !

Avant votre départ, faites inscrire les objets de valeur que vous désirez emporter avec vous et qui sont identifiables par des numéros de série ou d'autres signes distinctifs tels que votre appareil-photo, vos articles de sports, vos jumelles et autres. Que vous voyagiez par voie aérienne, maritime ou routière, faites-les inscrire à un bureau local de la douane canadienne ou au bureau de sortie... De plus, il est conseillé de voyager avec le moins de bijoux possible, à cause de leur valeur appréciable et de la difficulté qu'on peut éprouver à les estimer. Sinon, il est recommandé, pour faciliter la rentrée de ces bijoux au pays, d'obtenir un rapport d'évaluation, une photo de ces bijoux ainsi qu'une attestation certifiant que les bijoux sur la photo sont les mêmes que ceux décrits sur le rapport d'évaluation. Portez sur vous, durant votre voyage, le rapport d'évaluation, l'attestation et une copie du reçu de la douane.

Si vous avez l'intention de rapporter à votre gendre, en souvenir du Texas, un pistolet ou des cadeaux plutôt « originaux », informez-vous préalablement... :

- si vous prévoyez faire l'acquisition de n'importe quel genre d'armes à feu lors d'un séjour à l'étranger, vous auriez avantage à vous renseigner, auparavant, au sujet de la nouvelle législation en cette matière en vous adressant à la Sûreté municipale de votre localité ou au bureau de la douane canadienne le plus proche :
- l'importation d'explosifs, de pièces pyrotechniques, de munitions ou d'autres articles du même genre peut nécessiter un permis spécial.

Pour plus de renseignements, veuillez communiquer avec le :

▶ **Ministère de l'Énergie, Mines et Ressources**
Direction des explosifs
1262, avenue Maguire
Sillery (Québec)
G1T 2R8
Tél. : (418) 694-7702
ou dans l'un des bureaux de douane de votre région ;

- il est coûteux d'acheter des véhicules neufs à l'étranger et, pour les véhicules usagés ou d'occasion, c'est prohibé dans la plupart des cas. Le bureau le plus proche de la douane peut vous renseigner à ce sujet ;
- les importations de terre, de graines, de plantes, de viandes, de fruits, de légumes et d'animaux sont, pour la plupart, tout simplement interdites afin d'éviter l'introduction au pays d'insectes nuisibles et de maladies. Par ailleurs, certaines de ces choses peuvent être importées si vous avez obtenu un permis d'importation ou un certificat sanitaire du ministère de l'Agriculture du Canada.

Pour obtenir plus d'information à ce sujet, procurez-vous le dépliant d'Agriculture Canada intitulé « *N'en rapportez pas* », qui est disponible chez votre agent de voyages ou dans les aéroports.

Donnez signe de vie à l'ambassade canadienne

Si vous séjournez dans un pays étranger, il est conseillé de vous inscrire à la mission diplomatique ou consulaire du Canada accréditée auprès de ce pays. En cas de séjour de courte durée, il est recommandé de vous rendre à la mission afin d'y signer le livre des visiteurs et d'y indiquer votre adresse locale ou votre itinéraire.

Vous vous demandez peut-être pourquoi le gouvernement canadien aimerait connaître votre adresse, même en vacances... La mission saura ainsi où vous joindre si elle est chargée de vous transmettre un message urgent à la demande d'amis ou de membres de votre famille résidant ailleurs. Cette précaution est particulièrement importante si

vous séjournez dans un pays où la situation politique est tendue ou instable, ou qui est sujet à des désastres naturels. La fiche d'inscription permet à la mission de vous prévenir en cas d'urgence. Vous pouvez aussi consulter l'ambassade du Canada en cas de maladie, d'accident ou lorsque vous manquez d'argent. Par l'intermédiaire de l'ambassade, on pourra vous référer à un médecin ou à un avocat.

Toutefois, les représentants canadiens ne peuvent vous donner des conseils juridiques ni intervenir dans les procédures légales du pays que vous visitez. Vous pourriez également être rapatrié aux frais du gouvernement canadien qu'il faudra, évidemment, rembourser au retour. Précisons cependant que vous devez, dans le cas du rapatriement, faire appel à l'ambassade uniquement en dernier ressort. Il ne faudrait quand même pas prendre le gouvernement canadien pour une agence de voyages ni un organisme de crédit...

Voici une liste d'adresses des ambassades et consulats du Canada situés dans les pays les plus fréquemment visités:

▶ **La Barbade**
Haut-commissariat du Canada
Édifice CDC, chemin Culloden
St-Michael, La Barbade
Tél: 93550. C.P. 404,
Bridgetown

▶ **Belgique**
Ambassade du Canada
Rue de Loxum 6
B1000 Bruxelles
Tél: (02) 513-79-40

▶ **Cuba**
Ambassade du Canada
Calle 30 N°. 518 Esquina a7a
Miramar, La Havane
Tél: 26421/3

▶ **Grèce**
Ambassade du Canada
4, rue Ioannou Ghennadiou
Athènes 140
Tél: (021) 739-511/9

▶ **Haïti**
Ambassade du Canada
Route de Delmas
Édifice Banque Nova Scotia
Port-au-Prince
Tél: (01) 2-2358, 2-4231
Adresse postale: C.P. 826

▶ Espagne

Madrid

Ambassade du Canada
Edificio Goya
Calle Nunez de Balboa 35
Madrid
Tél: (91) 431-4300
Adresse postale: Apartado 587

Barcelone

Consul honoraire
pour le Canada
Provenza 120
Barcelone 29
Tél: (93) 250-7816

Malaga

Consul honoraire
pour le Canada
Plaza de la Malagueta 3
Malaga
Tél: (952) 22-33-46
Adresse postale: B.P. 99

▶ États-Unis d'Amérique

Washington

Ambassade du Canada
1746, avenue Massachusetts
N.W. (Washington D.C.)
20036-1985
Tél: (202) 785-1400

Boston

Consulat général du Canada
500, rue Boylston
Boston, (Mass.)
02116-3775
Tél: (617) 262-3760

New York

Consulat général du Canada
1251, avenue of the Americas
New York (New York)
10020-1175
Tél: (212) 586-2400.

▶ France

Paris

Ambassade du Canada
Section consulaire
35, av. Montaigne
75 008 Paris VIII
Tél: (01) 723-0101

Bordeaux

Consulat général du Canada
Croix du mail
Rue Claude-Bonnier
33 080 Bordeaux Cédex
Tél: (056) 96-15-61

Marseille

Consulat général du Canada
24, avenue du Prado
13 006 Marseille
Tél: (091) 37-19-3740.

▶ Grande-Bretagne

Londres

Haut-commissariat du Canada
Édifice Sir John A. Macdonald
38, rue Grosvenor
Londres WIX OAB
Tél: 629-9492

Birmingham

Consulat du Canada
Bristol and West House
2 St. Philip's Place
Birmingham
B3 2OJ.
Tél: (021) 233-2127

Glasgow

Consulat du Canada
Ashley House
195, rue West George
Glasgow
G2 2HS
Tél: (041) 248-3026

▶ **Italie**

Rome

Ambassade du Canada
Section consulaire
Via Zara, 30
Rome
Tél: (06) 844-1841/45,
855-341.

Milan

Consulat général du Canada
Via Vittor Pisani 19
20 124 Milan
Tél: (02) 652-600, 657-0451/5

▶ **Jamaïque**

Haut-commissariat du Canada
Édifice Banque Royale
30-36 Boulevard Knutsford
Kingston 5
B.P. 1500, Kingston 10
Tél: 926-1500/7

▶ **Maroc**

Ambassade du Canada
13, bis, rue Jaafar As-Sadik
Rabat-Agdal
B.P. 709, Rabat-Agdal
Maroc
Tél: 713-75/77

▶ **Suisse**

Berne

Ambassade du Canada
88 Kirchenfeldstrasse
3005 Berne
Tél: (031) 44-63-81/5

Genève

Mission permanente
du Canada près
l'Office des Nations Unies
à Genève
Section consulaire
10A, avenue de Budé
1202 Genève
Tél: (022) 34-19-50

▶ **Mexique**

Mexico

Ambassade du Canada
Calle Schiller 529
Colonia Polanco
11 580 Mexico, D.F.
Tél: (905) 254-3288
Adresse postale:
Apartado Postal 105-05,
11 560 Mexico, D.F., Mexique.

Acapulco

Consul honoraire
pour le Canada
Hôtel Club Del Sol
Mezzanine Floor
Costera Miguel Aleman
(Coin de Reyes Catolicos)
Acapulco, GRO.
Tél: (748) 4-6356.
Adresse postale:
Apartado Postal 691,
Acapulco, Gro.

▶ **Portugal**

Ambassade du Canada
Rua Rosa Araujo 2
6e étage
Lisbonne 2
Tél: 56-25-47/9

▶ **Union des Républiques Socialistes Soviétiques**
(URSS)

Ambassade du Canada
23 Starokonyushenny
Pereulok
MOSCOU
Tél: 241-9155, 241-3067,
241-5070

Vous trouverez la liste complète des ambassades, hauts-commissariats, consulats, bureaux et agents du Canada à l'étranger dans la brochure « *Représentants du Canada à l'étranger* » que vous pouvez vous procurer au coût de 3,95 $ en écrivant au :

▶ **Centre d'édition du gouvernement du Canada**
Approvisionnements et Services Canada
Ottawa (Ontario)
K1A 0S9

Vous pouvez également la consulter dans les bureaux de passeports et dans la plupart des grandes bibliothèques publiques du Canada.

Pour revenir sans histoire

« *Bonjour, Madame, Monsieur, vous avez fait bon voyage? Avez-vous quelque chose à déclarer?* »

Voilà, c'est simple, le service des douanes. N'est-ce pas?

La plupart des voyageurs appréhendent le moment où ils « passeront aux douanes ». Pourtant il suffit de tout « déclarer », c'est-à-dire de rendre compte de tout ce que vous avez acheté ou reçu en cadeau alors que vous étiez à l'étranger. Même si votre réponse est négative, le douanier peut vous demander d'ouvrir vos valises pour les inspecter. Il peut même fouiller les vêtements que vous portez. La loi vous oblige à vous soumettre à ces inspections, vous éviterez ainsi des ennuis.

Finalement, ce qui intéresse le gouvernement, ce n'est guère le tube de dentifrice que vous avez acheté à Miami, il s'agit là d'un objet d'usage personnel de peu de valeur. Mais si vous vous êtes procuré un flacon de parfum à Paris, il faut le déclarer, même si vous ne serez pas nécessairement tenu de payer des droits de douane.

Vos déclarations

Lors de votre séjour à l'étranger, vous avez pensé à tout « votre petit monde », les enfants, les petits-enfants, sans oublier la voisine qui vous rend mille et un services, le facteur qui est si gentil, l'épicier du coin qui a toujours le mot pour rire... mais, lors de votre déclaration à la douane, votre générosité pourrait vous coûter plus cher que prévue.

Lors d'un voyage à l'étranger, vous n'avez, en principe, aucune limite concernant les cadeaux et autres objets que vous désirez rapporter au Canada, à condition que vous soyez disposé à payer les droits et taxes pour les objets qui excèdent vos exemptions. Ces tarifs douaniers seront calculés d'après la valeur marchande de chaque objet importé, et ils varieront en fonction du pays où l'objet a été acquis.

Qu'avez-vous à déclarer?

À cette question, vous devez déclarer tout ce que vous avez acheté ou reçu en cadeau, y compris les articles achetés dans une boutique hors taxe, au Canada ou à l'étranger, et qui sont encore en votre possession.

Ayez les preuves à l'appui!

Pour plus de sécurité, nous vous recommandons de conserver les reçus de marchandises achetées à l'étranger (pour vérification des prix), vos notes d'hôtel (afin de prouver au besoin la durée de votre séjour) ainsi que les reçus de réparations apportées (ou pièces ajoutées) à des articles qui étaient en votre possession au départ du Canada (voiture, appareil-photo, etc.). Ces réparations et ces pièces peuvent être assujetties à des droits et taxes et doivent faire l'objet d'une déclaration en douane.

« Nul n'est censé ignorer la loi »

Évidemment, ce qui suit ne vous concerne pas, mais si quelqu'un vous faisait part de ses projets de « fraude » à l'égard du service des douanes, vous serez en mesure de lui rappeler ce qui suit:

- il est interdit d'importer quelque marchandise que ce soit au Canada sans l'avoir soumise à la vérification des douaniers;
- il est illégal d'éviter de « passer la douane » ou de soustraire tel ou tel objet à l'inspection du douanier;
- le coupable se verra imposer des peines sévères et la marchandise en question sera saisie et confisquée;
- l'amende imposée peut être égale à la valeur de la marchandise, si cette valeur est inférieure à 200 $, des amendes supplémentaires de 50 à 200 $ peuvent être encourues;
- le tribunal peut, en outre, imposer une sentence d'emprisonnement d'un an ou moins;
- si la valeur des objets pour lesquels des droits de douane devraient être payés est de 200 $ ou plus, il peut y avoir une amende de 200 $ à 1 000 $ et un emprisonnement variant de un an à quatre ans;
- enlever ou dissimuler des objets d'une automobile ou d'un bateau avant qu'une déclaration appropriée n'ait été faite ou faire une fausse déclaration constituent des infractions entraînant une amende de 400 $. La voiture ou le bateau sera saisi tant que l'amende n'aura pas été payée. Si le paiement n'est pas effectué dans les 30 jours, on pourra vendre le véhicule pour couvrir le montant de l'amende et des frais;
- toute falsification ou contrefaçon d'un document de douane peut entraîner une peine d'emprisonnement;

- tout conducteur qui ne s'arrête pas au poste douanier ou qui refuse de collaborer avec un douanier est susceptible d'être condamné à une amende de 50 à 1 000 $ ou à la prison pour un an, ou aux deux à la fois;
- quiconque résiste à une fouille ou aide quelqu'un d'autre à s'y opposer peut être condamné à une amende de 100 $;
- celui qui nie avoir en sa possession des objets qui contreviennent à la loi, alors qu'il en a, se voit confisquer ces objets et devra payer une amende équivalente à trois fois leur valeur;
- toute personne qui est prise à faire de la contrebande avec une arme sur elle peut écoper d'une sentence de 10 ans de pénitencier, et la marchandise sera confisquée;
- finalement, toute personne qui veut récupérer des objets saisis par le service des douanes doit en faire la demande auprès du greffier de la Cour fédérale. Cette demande doit être accompagnée d'un *affidavit* (déclaration écrite sous serment) précisant les raisons qui justifient la requête. Il lui faudra aussi verser une caution, comme garantie de la valeur de sa réclamation. Enfin, pour éviter la vente de ces objets par enchères publiques, la demande doit être faite dans les 30 jours qui suivent la saisie.

Maintenant, faites-lui jurer de dire *toute la vérité, rien que la vérité, juste la vérité* lors de son prochain voyage à l'étranger.

Les exemptions personnelles, c'est bon à savoir

L'exemption est un privilège personnel dont tout individu peut – ou ne peut – jouir en tout temps. Vous ne pouvez pas transférer la vôtre, ni la mettre en commun avec celle d'un autre voyageur.

Exemptions personnelles		Après une absence de:
Annuellement	300 $	7 jours ou plus
Trimestriellement (tous les 3 mois)	100 $	48 heures ou plus
En tout temps	20 $	24 heures ou plus*

* Si les besoins rapportés en vertu de l'exemption de 20 $ dépassent cette valeur, les droits et les taxes seront exigibles sur le montant total.

Produit du tabac: 200 cigarettes
et 50 cigares
0,910 g (2 livres) de tabac**

** Vous pouvez en rapporter plus si vous payez les droits et les taxes sur la quantité excédentaire.

Boissons alcooliques: 1,1 litre (40 onces) de vin ou de spiritueux
ou 24 cannettes ou bouteilles
de 341 ml (12 onces) de bière
ou d'ale ou son équivalent.***

*** La plupart des provinces vous permettront d'excéder ces quantités jusqu'à concurrence de 9 litres (2 gallons). Toutefois, le coût en est élevé.

Renseignements supplémentaires

Pour de plus amples renseignements sur le service des douanes, procurez-vous gratuitement la brochure « *Bon Voyage, mais...* » publiée par le ministère des Affaires extérieures du Canada. Elle est offerte dans les bureaux de passeports, dans les principaux aéroports canadiens, dans les agences de voyages. Vous pouvez aussi l'obtenir en écrivant à l'adresse suivante:

▶ **Ministère des Affaires extérieures**
Ottawa (Ontario)
K1A 0G2

Pour obtenir diverses publications, écrivez à:

▶ **Revenu Canada**
Douane et accises
Direction des relations publiques
Immeuble Connaught
Ottawa (Ontario)
K1A 0L5

Pour tout renseignement, contactez:

- l'un des bureaux régionaux des douanes:

▶ **Montréal**
Bureau des douanes
400, place d'Youville
Montréal (Québec)
H2Y 2C2
Tél.: (514) 283-2940

▶ **Québec**
Bureau des douanes
2, rue Saint-André
Québec (Québec)
G1K 7P6
Tél.: (418) 694-4445

ou

- l'un des bureaux régionaux de Revenu Canada, Douanes et accise, dont vous trouverez l'adresse dans les pages bleues de votre annuaire téléphonique

ou

▶ **Ministère des Affaires extérieures**
Édifice Lester B. Pearson
125, promenade Sussex,
Ottawa (Ontario)
K1A 0G2
Tél.: (613) 996-9134

ou

▶ **Office du tourisme du Canada**
Tourisme Canada
800, place Victoria,
12e étage, bureau 1233
Montréal (Québec)
H4Z 1E8
Tél.: (514) 283-6401
Pour information partout au Québec, faites sans frais le « 0 » et demandez le ZENITH 03200

ou

▶ **Association des agents de voyages du Québec inc.**
410, boul. Henri-Bourassa Est
Montréal (Québec)
H3L 1C4
Tél. : (514) 382-0544

Pour en savoir plus long sur les voyages et leurs implications

Consultez ces organismes spécialisés dans le domaine touristique :

▶ **Association technique du tourisme**
1420, rue Saint-Denis
Montréal (Québec)
H2X 3J8
Tél. : (514) 282-9613

▶ **Associations touristiques régionales associées du Québec**
197, rue Bonaventure
Trois-Rivières (Québec)
G9A 5M4
Tél. : (819) 375-1222

Vous trouverez les coordonnés de l'Association touristique de votre région dans votre annuaire téléphonique :

▶ **Club Automobile du Québec**
2600, boul. Laurier Est
C.P. 9600
Sainte-Foy (Québec)
G1V 4K8
Tél. : (418) 653-2600

▶ **Société Vacances-Familles inc.**
1661, avenue du Parc
Sainte-Foy (Québec)
G1W 3Z3
Tél. : (418) 658-0576 ou
(418) 653-2810

▶ **Groupe de ressources en tourisme social du Québec**
1415, rue Jarry Est
Montréal (Québec)
H2E 2Z7
Tél. : (514) 374-4700,
poste 484

▶ **Touring Club de Montréal**
1425, rue de la Montagne
Montréal (Québec)
H3G 2R7
Tél. : (514) 288-7111

L'équipement du touriste

Vous avez décidé de visiter votre pays, de partir à la découverte du Canada, communiquez avec l'Office du tourisme du Canada, pour obtenir la pochette documentaire du voyage. Elle contient:

- une carte du Canada;
- une brochure touristique sur les parcs nationaux et historiques;
- un guide sur les parcs nationaux avec des renseignements sur les terrains de camping;
- des brochures sur les services de traversiers et de croisières à travers tout le Canada;
- une brochure descriptive des principales attractions touristiques au Canada.

Vous pouvez vous la procurer gratuitement, au bureau de l'Office du tourisme du Canada.

À Montréal:

▶ **Tourisme Canada**
800, place Victoria
Tour de la Bourse
C.P. 247
12e étage, bureau 1233
Montréal (Québec)
H4Z 1E8
Tél.: (514) 283-6402
Sans frais: faites le « 0 » et demandez le Zenith 03200

ou par la poste à:

▶ **Tourisme Canada**
235, Queen
Ottawa (Ontario)
K1A 0H6

Si vous préférez conquérir les États-Unis, procurez-vous le guide de voyage préparé à l'intention des 55 ans et plus. On y retrouve, entre autres, une liste de plus de 200 motels qui offrent une réduction de 10 % aux aînés. Ce guide est offert gratuitement.

Écrivez à l'adresse suivante :

▶ **Senior Lodging Discount Guide**
P.O. Box 12 188
Norfolk (Virginia) 23502
U.S.A.

Bon Voyage !

La lecture, un « riche » passe-temps

Des imprimés publiés pour vous

Des publications qui s'adressent spécialement à vous, pour vous informer des programmes gouvernementaux, des services aux aînés, des activités sociales, récréatives et autres.

Titre	Publié par
Le Journal Âge d'or/Vie nouvelle	Fédération de l'âge d'or du Québec
Le temps de vivre	Radio-Canada à Montréal
Le Gérontophile	Association québécoise de gérontologie
Le Journal le Troisième Âge	Club social des lecteurs du Troisième Âge inc.
La Page des aînés	Journal *Le Soleil*
Bulletin de l'A.I.F.A.	Association internationale francophone des aînés

Disponible...	Pour informations
L'abonnement est de 8 $ pour 12 numéros; des exemplaires gratuits sont disponibles dans de nombreuses caisses populaires du Québec	Journal l'Âge d'or/Vie nouvelle 1415, rue Jarry Est Montréal (Québec) H2E 2Z7 Tél.: (514) 374-4700, poste 416
L'abonnement est de 18 $ pour 12 numéros; disponible dans les kiosques à journaux.	Le temps de vivre 8050, boul. Métropolitain Est Montréal (Québec) H1K 1A1 Tél.: (514) 353-7660
L'abonnement annuel est de 12 $ pour 4 numéros, les membres de l'Association le reçoivent gratuitement	Pour information ou pour offrir un article: Le Gérontophile Pavillon Bonenfant, Local 2379 Université Laval Québec (Québec) G1K 7P4 Tél.: (418) 656-2852 Pour un abonnement: Association québécoise de gérontologie 4625, rue De Lorimier Montréal (Québec) H2H 2B4 Tél.: (514) 526-2894
Par abonnement seulement, au coût de 8 $ par année.	Le Journal le Troisième Âge 1474, rue Fleury Est Montréal (Québec) H2C 1S1 Tél.: (514) 384-2356
Il suffit de s'abonner au journal	Pour envoyer des textes, des idées, des questions: La Page des Aînés Le Soleil 390, rue Saint-Vallier Est Québec (Québec) G1K 7J6 Tél.: (418) 647-3394
Gratuit pour les membres ou sur abonnement	Bulletin de l'A.I.F.A. 1415, rue Jarry Est Montréal (Québec) H2E 2Z7 Tél.: (514) 374-4700, poste 416

Qui aime lire ne se sentira jamais seul. Si vous avez ce goût de la lecture, vous êtes pratiquement à l'abri de l'ennui. Sinon, essayez de cultiver cette habitude. Il n'est jamais trop tard.

Si la lecture est votre passion, nul doute que les bibliothèques n'ont plus de secrets pour vous. Elles répondent aux aspirations les plus diverses:

- certaines sont spécialisées;
- d'autres regroupent uniquement des ouvrages généraux;
- d'autres vont même jusqu'à offrir la possibilité d'écouter vos disques préférés, de regarder un vidéo, d'emprunter un tableau...

Dans certaines municipalités, si vous ne pouvez aller jusqu'à votre bibliothèque, celle-ci viendra jusqu'à vous. En effet, il existe un service de prêt à domicile pour les personnes âgées ou les personnes handicapées. Après avoir fait part de vos goûts littéraires à un bénévole, ce dernier vous choisira des volumes qu'il vous apportera à la maison.

La plupart des bibliothèques sont rattachées à des services municipaux, à des institutions d'enseignement (cégeps, universités) ou à des organismes sociaux. Pour en savoir davantage sur les services offerts par la bibliothèque de votre localité, communiquez avec l'un de ces établissements (service municipal, institution d'enseignement) ou contactez Communication-Québec.

La Bibliothèque nationale du Québec : unique en son genre

Que ce soit sous forme de :

- monographies ;
- revues et journaux ;
- publications gouvernementales ;
- microdocuments ;
- livres d'artistes, ouvrages rares et anciens manuscrits ;
- cartes et plans ;
- documents spéciaux : affiches, photos, gravures, partitions musicales, etc.

La Bibliothèque nationale du Québec rassemble et conserve tous les documents produits au Québec.

Outre le service de prêt sur place, la Bibliothèque vous offre la possibilité d'effectuer des prêts entre bibliothèques, elle met à votre disposition des bibliothécaires professionnels pour vous assister dans vos recherches, un service d'information automatisé ainsi que diverses activités culturelles telles que des expositions de documents, des conférences, des colloques...

Pour de plus amples renseignements sur la Bibliothèque nationale du Québec, adressez-vous à:

▶ **Bibliothèque nationale du Québec**
1700, rue Saint-Denis
Montréal (Québec)
H2X 3K6
Tél.: (514) 873-4553

Les Publications du Québec

Dans le domaine de la littérature, il y a les volumes que l'on emprunte par le biais des bibliothèques, mais il y a aussi ceux que l'on achète pour pouvoir les consulter à maintes reprises. Les Publications du Québec, pour sa part, vous offre un nombre important de publications relatives aux ministères, aux organismes du gouvernement du Québec et bien d'autres sujets socio-économiques, culturels et scientifiques.

Vous y trouverez plus de **4 000 titres** dans ces domaines:

- administration publique;
- agriculture;
- alimentation et arts domestiques;
- communications;
- condition féminine;
- construction, habitation, transports;
- économie et finance;
- éducation et formation;
- famille et santé;
- gestion;
- lexiques et vocabulaire;
- lois et règlements;
- loisirs;
- patrimoine et histoire;
- Québec touristique.

Pour obtenir une publication gouvernementale, communiquez avec l'une des librairies des **Publications du Québec** (Éditeur officiel):

▶ **Québec**
Place Sainte-Foy
Tél.: (418) 651-4202

Centre administratif « G »
Rez-de-chaussée
Tél.: (418) 643-3895

▶ **Hull**
662, boul. Saint-Joseph
Tél.: (819) 770-0111

▶ **Montréal**
Complexe Desjardins
150, rue Sainte-Catherine Ouest
Tél.: (514) 873-6101

Pour tout connaître sur l'histoire du Québec: les Archives nationales

Vous avez un faible pour l'histoire et, notamment, pour ce qui a trait au patrimoine québécois. Vous en aurez plein la vue en consultant les Archives nationales du Québec. Cette institution se spécialise dans l'acquisition, la conservation et la mise en valeur du patrimoine archivistique québécois.

Imaginez quelques instants... les documents publics des anciennes administrations françaises et britanniques, ceux de la province du Bas-Canada et ceux du Québec contemporain. Les Archives nationales s'occupent de tous les documents que possèdent les particuliers et les organismes, pour promouvoir le respect et le maintien au Québec de ce patrimoine national. Le siège social des Archives nationales est situé sur le campus de l'Université Laval, à Québec. Il y a des centres régionaux à Montréal, Hull, Sherbrooke, Rouyn-Noranda, Trois-Rivières, Chicoutimi, Sept-Îles et Rimouski.

Pour vous aider dans vos recherches, consultez:

- la bibliothèque spécialisée en histoire et généalogie;
- les différents répertoires;
- les fichiers généalogiques;
- les inventaires de fonds d'archives, etc.

Où vous adresser?

Pour obtenir plus de renseignements concernant les Archives nationales du Québec, adressez-vous au **centre d'archives** de votre région.

▶ **Centre d'archives de la capitale**
Siège social
Pavillon Casault,
portes 1 et 2
1210, avenue du Séminaire
Sainte-Foy (Québec)
G1V 4N1
Tél.: (418) 643-2167

▶ **Centre régional d'archives de l'Abitibi — Témiscamingue**
200, 9e Rue
Noranda (Québec)
J9X 2B9
Tél.: (819) 762-4484

▶ **Centre régional d'archives du Bas-Saint-Laurent — Gaspésie**
337, rue Moreault
Rimouski (Québec)
G5L 1P4
Tél.: (418) 722-3500

▶ **Centre régional d'archives de la Côte-Nord**
649, boul. Laure Ouest
Sept-Îles (Québec)
G4R 1X8
Tél.: (418) 962-3434

▶ **Centre régional d'archives de l'Estrie**
740, rue Galt Ouest
Sherbrooke (Québec)
J1H 1Z3
Tél.: (819) 566-2881

▶ **Centre régional d'archives de la Mauricie — Bois-Francs**
225, rue des Forges
Bureau 208
Trois-Rivières (Québec)
G9A 2G7
Tél.: (819) 379-8253

▶ **Centre régional d'archives de Montréal**
100, rue Notre-Dame Est
Montréal (Québec)
H2Y 1C1
Tél.: (514) 873-3064

▶ **Centre régional d'archives de l'Outaouais**
170, rue Hôtel-de-Ville
Hull (Québec)
J8X 4C2
Tél.: (819) 777-2900

▶ **Centre régional d'archives du Saguenay — Lac-Saint-Jean**
555, avenue Bégin
Chicoutimi (Québec)
G7H 4N7
Tél.: (418) 549-8886

Les Archives publiques : une mine de renseignements

Vous avez décidé de reconstituer votre arbre généalogique; vous effectuez une recherche sur les grandes étapes historiques du Canada...
Adressez-vous aux Archives publiques du Canada

Cet organisme peut vous fournir les renseignements sur l'évolution du Canada, depuis ses débuts jusqu'à aujourd'hui. Voici quelques-unes des acquisitions des Archives:

- collection de manuscrits d'hommes d'État et autres personnages célèbres;
- 80 000 ouvrages sur le Canada et son histoire;
- environ un million de cartes et de plans relatifs à la découverte, à l'exploration, à l'établissement, à la topographie et à la géologie du pays;
- des peintures documentaires;
- des images imprimées ayant trait aux gens, aux événements historiques, aux lieux géographiques et aux objets.

Si vous désirez obtenir, à peu de frais, des reproductions de documents ou tout autre renseignement relatif au service des Archives publiques, contactez:

à Montréal:

▶ **Centre fédéral de documents de Montréal**
655 A, montée de Liesse
Saint-Laurent (Québec)
H4T 1P5
Tél.: (514) 283-2272

À Ottawa:

▶ **Archives publiques du Canada**
Service des communications
395, rue Wellington
Ottawa (Ontario)
K1A 0N3
Tél.: (613) 995-5138

La nouvelle technologie... l'audiovisuel, les banques de données

Si vous désirez emprunter un document audiovisuel, un montage de diapositives, un court métrage sur... la politique, les loisirs, les arts, le transport, la construction, les affaires municipales ou tout autre ministère et organisme gouvernemental contactez:

▶ **Direction de la diffusion des documents audiovisuels**

600, rue Fullum
7e étage
Montréal (Québec)
K2R 4L1
Tél.: (514) 873-2234

1601, boul. Hamel Ouest
Rez-de-chaussée, bureau 47
Québec (Québec)
G1N 3Y7
Tél.: (418) 643-5168

C'est gratuit!

EDUQ: un instrument de référence

Vous cherchez un renseignement dans le domaine de l'éducation ou vous possédez des informations sur l'éducation? Contactez EDUQ.
EDUQ est une base de données bibliographiques informatisée sur la recherche-développement en éducation au Québec. On y répertorie tous les documents de la langue française ou anglaise qui présentent les résultats de la recherche en éducation, les expériences d'innovation pédagogique, les produits issus de développements expérimentaux, les rapports statistiques, les bibliographies.

Pour plus d'information:

▶ **EDUQ**
Direction de la recherche
Secteur de la planification
Ministère de l'Éducation
1035, rue De La Chevrotière
8e étage
Québec (Québec)
G1R 5A5
Tél.: (418) 643-1721

Les prix littéraires, plus près de vous

Vous avez la plume facile? Il est toujours temps de faire valoir vos talents d'écrivain. Finie cette période où tous vos poèmes et écrits allaient dormir dans un petit coffre scellé...

Laissez libre cours à votre imagination!

Le ministère des Affaires culturelles publie annuellement un *Répertoire des prix littéraires* accordés au Québec. Ces concours s'adressent à tous les genres littéraires que ce soit le roman, la nouvelle, le conte, le récit, la poésie, le théâtre.

Qui sait? Peut-être serez-vous le lauréat du prix Adrienne-Choquette, du prix Air Canada ou du prix Robert-Cliche...

Pour connaître le *Répertoire* qui contient la liste des prix littéraires accordés au Québec de même que les conditions et renseignements relatifs à chaque prix, adressez-vous au:

▶ **Ministère des Affaires culturelles**
Direction des communications
225, Grande-Allée Est
Bloc C, 3e étage
Québec (Québec)
G1R 5G5
Tél.: (418) 643-2183

Concours du Journal le Troisième Âge

Le Journal le Troisième Âge organise un concours littéraire qui s'adresse à ses abonnés de 60 ans et plus. Tous les sujets (sauf la politique) et genres littéraires sont acceptés. Vous devez faire parvenir votre manuscrit de 100 pages et plus, dactylographié, au Journal. Les candidatures sont acceptées durant toute l'année.

Les prix offerts sont:

- premier prix: 300 $ et l'édition du volume
- deuxième prix: 100 $
- troisième prix: 100 $
- quatrième prix: 100 $

Pour plus d'information, communiquez avec:

▶ **Journal le Troisième Âge**
1474, rue Fleury Est
Montréal (Québec)
H2C 1S1
Tél.: (514) 384-2356

Pour toute autre question « littéraire », contactez:

▶ **Fédération québécoise du loisir littéraire**
1415, rue Jarry Est
Montréal (Québec)
H2E 2Z7
Tél.: (514) 374-4700,
postes 405 et 407

▶ **Union des écrivains québécois**
964, rue Cherrier
Montréal (Québec)
H2L 1H7
Tél.: (514) 526-6653

Le théâtre, un monde à découvrir

Combien parmi vous n'ont jamais mis le bout du nez dans un théâtre?
Non, ce n'est pas uniquement pour les intellectuels et les comédiens...
Informez-vous! La plupart des théâtres accordent des rabais aux aînés.

Pour les connaître tous...

Communiquez avec:

▶ **Association des directeurs de théâtre**
3929, rue Saint-Denis
Montréal (Québec)
H2W 2M4
Tél.: (514) 842-0923

ou

▶**Ministère des Affaires culturelles**

Direction des Communications
222, boul. Saint-Laurent
Montréal (Québec)
H2Y 2Y3
Tél.: (514) 873-6190

225, Grande-Allée Est
Bloc C, 3e étage
Québec (Québec)
G1R 5G5
Tél.: (418) 643-2183

ou l'un des bureaux régionaux du ministère des Affaires culturelles, dont la liste est mentionnée dans votre annuaire téléphonique, sous la rubrique « Gouvernement du Québec ».

Les musées, ces souffre-douleur...

Vous avez « le coeur » à la culture et à l'art... une visite dans l'un des musées du Québec saura rassasier vos instincts.

Vous avez le choix...

Le Musée du Québec

Qui ne connaît pas le Musée du Québec?

Situé sur les plaines d'Abraham, il possède des collections de peintures, de sculptures, de dessins et d'estampes, d'orfèvrerie, de céramique et de tapisserie portant sur l'art ancien, moderne et contemporain. Ces collections sont représentatives de l'évolution de l'art québécois du XVII[e] siècle à nos jours. Le Musée du Québec vous offre divers services tels qu'une bibliothèque, un centre de documentation, des visites animées... Toutes les activités du Musée sont gratuites, et l'entrée est libre.

Heures d'ouverture:

- tous les jours de 9 h 15 à 16 h 45;
- le mercredi jusqu'à 23 h.

Pour les visites animées, composer le: (418) 643-4103

La Galerie du Musée, sise au 24 de la rue Champlain, offre des expositions et tient des manifestations d'art culturel.

La Maison Chevalier

Ce bâtiment historique, situé à place Royale, présente un grand intérêt architectural. Vous pouvez y admirer régulièrement des expositions qui expliquent certains aspects du mode de vie des Québécois et de leur environnement.

Heures d'ouverture:

- du 1er octobre au 1er juin:
  — du mardi au dimanche: de 10 h à 17 h;
- du 1er juin au 1er octobre:
  — tous les jours de 9 h à 18 h.

Le Musée d'art contemporain

Le Musée d'art contemporain est situé à la Cité-du-Havre, à Montréal. Il vous propose des expositions d'art contemporain, québécois et étranger.
Et que dire de la bibliothèque du Musée... 5 000 volumes, 6 000 catalogues, une centaine de périodiques et plus de 2 000 dossiers sur des artistes, des mouvements artistiques, des galeries et des musées. Tous ces ouvrages doivent cependant être consultés sur place.

Heures d'ouverture:

- pour la bibliothèque:
  — du mardi au vendredi: de 10 h à 17 h;
- pour le Musée:
  — *l'entrée est libre*;
  — du mardi au dimanche de 10 h à 18 h;
  — le jeudi de 10 h à 22 h.

Tél: (514) 873-2878

Il y a aussi tous les musées privés:

- le Musée amérindien de Gaspé;
- le Musée des Beaux-Arts à Montréal;
- le Musée Laure-Conan;

- le Musée maritime Bernier;
- le Musée régional de Rimouski;
- le Musée régional de Rivière-du-Loup;
- le Musée du Séminaire de Sherbrooke;

Pour en savoir plus long sur les musées du Québec

Adressez-vous au:

▶ **Ministère des Affaires culturelles**
Direction des communications
225, Grande-Allée Est
Bloc C, 3e étage
Québec (Québec)
G1R 5G5
Tél.: (418) 643-2183

La télévision... éducative?

Regarder la télévision demande beaucoup de discipline...

Il faut avoir la force de caractère nécessaire pour ne pas en abuser, car la télévision peut être aussi nocive qu'utile. Il n'y a aucun mal à regarder la télévision une heure ou deux, loin de là, d'autant plus que certaines émissions sont très intéressantes.

Tout est une question de choix!

Pour vous aider à choisir Radio-Québec, « l'autre télévision »

Une télévision qui serait à la fois éducative, culturelle et régionalisée. Radio-Québec fut créée, en 1968, par le gouvernement du Québec. Sa programmation est établie dans le but de promouvoir le patrimoine culturel et de favoriser l'information, l'éducation et la liberté d'expression.

Afin de produire une programmation qui réponde à vos besoins et à vos attentes, Radio-Québec a régionalisé ses

activités. Ses bureaux sont situés à Val-d'Or (Abitibi — Témiscamingue), Rimouski (Bas-Saint-Laurent), Trois-Rivières (Centre du Québec), Sept-Îles (Côte-Nord), Sherbrooke (Estrie), Saint-Omer de Bonaventure (Gaspésie — Îles-de-la-Madeleine), Hull (Outaouais), Québec (Québec) et Alma (Saguenay — Lac-Saint-Jean).

Le prêt d'émissions, pour vous satisfaire

Vous aimeriez revoir une émission ou permettre à votre groupe d'amis de visionner un film documentaire? Tout est possible. La Société prête gratuitement environ 3 000 productions que vous pouvez vous procurer sur vidéocassette. Plus de 400 émissions sont aussi offertes dans chacun des bureaux régionaux de Radio-Québec. Vous pouvez emprunter, sur demande, les émissions de la programmation courante, quelques jours après la diffusion. Il existe une émission qui pourrait vous intéresser plus particulièrement. Il s'agit de « Retraite-Action », diffusée le vendredi à 19 h 30 et en reprise, le mercredi, à 16 h.

Si vous avez des commentaires..., des questions..., communiquez avec:

▶ **Radio-Québec**
800, rue Fullum
Montréal (Québec)
H2K 3L7
Tél.: (514) 521-2424
poste 2430
Sans frais: 1-800-361-4332

Si vous avez une plainte à déposer concernant le caractère éducatif de la programmation, faites parvenir votre requête à l'adresse suivante:

▶ **Bureau du Secrétariat**
2875, boul. Laurier Est
Sainte-Foy (Québec)
G1V 2M2
Tél.: (418) 643-5560

Pour vous aider à choisir... Radio-Canada

La Société Radio-Canada vous propose une programmation équilibrée pour vous renseigner et vous divertir. L'ensemble des émissions comprend les nouvelles, les affaires publiques, le théâtre, la musique, les sports, les documentaires, les programmes pour consommateurs... On diffuse une émission intitulée « Le Temps de vivre », qui traite spécifiquement des services et des besoins des personnes âgées. Horaire: le mercredi, de 14 h 30 à 16 h.

Pour tout renseignement supplémentaire, adressez-vous à la:

▶ **Société Radio-Canada**
Maison de Radio-Canada
1400, boul. Dorchester Est
Case postale 6000
Montréal (Québec)
H3C 3A8
Tél.: (514) 285-3211

Politicologue à vos heures

Si la scène politique vous intéresse, vous serez servi à souhait par les débats de l'Assemblée nationale. Il est possible d'obtenir des enregistrements ou des extraits des débats. Ils sont distribués sous plusieurs formes: par micro-onde, vidéocassette, ruban vidéocassette et ruban audio. Si vous désirez conserver ces enregistrements, il suffit de fournir à la Direction de la radiotélévision des débats le matériel nécessaire, et celle-ci copiera gratuitement les extraits demandés.

Pour plus d'information:

▶ **Assemblée nationale**
Direction des communications
Édifice Pamphile-Le May
Bureau 219
Québec (Québec)
G1A 1A5
Tél.: (418) 643-7239

Vous consacrez vos temps libres au cinéma?

Informez-vous! Plusieurs cinémas offrent des rabais aux aînés. Une carte d'identité (carte bleue, « carte soleil ») suffit pour en bénéficier n'importe quand.

Quelques adresses utiles:

▶ **Association des cinémas parallèles du Québec**
1415, rue Jarry Est
Montréal (Québec)
H2E 2Z7
Tél.: (514) 374-4700
postes 263 et 335

L'Association regroupe les cinémas à but non lucratif. Elle offre des sessions de formation et d'information, un bulletin périodique et organise un congrès annuel. Elle fait la promotion du cinéma de qualité.

▶ **Cinémathèque québécoise**
Musée du cinéma
335, boul. De Maisonneuve Est
Montréal (Québec)
H2X 1K1
Tél.: (514) 842-9763

On retrouve à la Cinémathèque tous les films et documents cinématographiques liés au cinéma québécois et étranger ainsi qu'un centre de documentation ouvert toute la semaine en après-midi. Il est possible de visionner des films du mardi au dimanche. Vous pouvez consulter une liste des films présentés dans les librairies ou à la Cinémathèque.

▶ **Office national du film**

C.P. 6100
Montréal (Québec)
Station « A »
H3C 3H5

3155, chemin
de la Côte-de-Liesse
Saint-Laurent (Québec)
H3C 3H5
Tél. : (514) 333-3452

2, place Québec
Boul. Saint-Cyrille Est
Québec (Québec)
G1R 2B5
Tél. : (418) 694-3176

L'O.N.F. produit et distribue des films de 16 mm et de 35 mm, des émissions de Radio-Canada et d'autres films, par l'intermédiaire de 30 cinémathèques O.N.F. et de près de 100 cinémathèques affiliées. Vous pouvez emprunter des films en tout temps ou les visionner sur place. Il suffit d'en faire la demande au bureau de votre région.

Il existe plusieurs paliers régionaux : Chicoutimi, Montréal, Québec, Trois-Rivières, Rimouski, Noranda, Sherbrooke.

Des « experts » en matière culturelle et artistique

▶ **Conseil consultatif de la lecture et du livre**

225, Grande-Allée Est
Bloc B, 4e étage
Québec (Québec)
G1R 5G5
Tél. : (418) 643-2104

▶ **Corporation de l'Opéra de Montréal inc.**

1157, rue Sainte-Catherine Est
Montréal (Québec)
H2L 2G8
Tél. : (514) 521-5577

▶ **Institut québécois du cinéma**

80, rue de Brésoles
Montréal (Québec)
H2Y 1V5
Tél. : (514) 288-7655

▶ **Institut québécois de recherche sur la culture**

93, rue Saint-Pierre
Québec (Québec)
G1K 4A3
Tél. : (418) 643-4695

▶ **Régie du cinéma**
360, rue McGill
Montréal (Québec)
H2Y 2E9
Tél.: (514) 873-2371

▶ **Société de développement des industries de la culture et des communications**
801, rue Sherbrooke Est
4e étage
Montréal (Québec)
H2L 1K7
Tél.: (514) 873-7768

▶ **Société générale du cinéma**
335, boul. De Maisonneuve Est
Montréal (Québec)
H2X 1K1
Tél.: (514) 844-1954

CHOIX DE PUBLICATIONS

Titre	Prix
Le Musée du Québec: 500 oeuvres choisies	
Édition cartonnée	39,95 $
Édition de luxe	49,95 $
Cuisiner avec les produits du Québec	14,95 $
Répertoire des organismes de loisirs	4,95 $
Le patrimoine maritime du Québec	4,95 $
La petite histoire de la Traverse de Lévis	5,95 $
Le Québec	35,00 $
Le Saint-Laurent	70,00 $
Réalités du Québec	3,95 $
Le jardin zoologique de Québec	2,00 $
Québec sur le pouce	5,95 $
Le patrimoine religieux de l'Île d'Orléans	15,95 $
Guide du botaniste amateur	4,95 $

Ces publications sont en vente dans les librairies de l'Éditeur officiel. Vous trouverez les adresses et numéros de téléphone à la page 57 du Guide.

Mot Mystère

N	O	I	T	A	I	C	O	S	S	A	V	I	S	A
C	O	D	I	C	I	L	L	E	S	E	G	A	S	I
L	O	I	B	N	L	I	E	U	C	C	A	D	O	N
U	O	N	O	U	P	A	V	I	L	L	O	N	O	E
B	A	I	S	R	D	A	T	E	A	U	E	I	L	S
S	V	E	S	E	E	G	E	G	A	A	G	B	O	T
A	E	O	T	I	I	V	E	N	R	E	A	A	Y	O
S	R	M	L	A	R	L	E	T	R	I	Y	G	E	P
T	I	O	R	D	B	S	S	N	L	U	O	E	R	M
T	E	S	T	A	M	E	N	T	U	S	V	S	E	I

As
Accueil
Aînés
Âge
Armes
Arts
Association
Avion

Bail
Bateau
Budget

Codicille
Conseil
Clubs

Date
Don
Douanes
Droit

Impôt

Légal
Loi
Loisirs
Loyer

Pavillon

Région
Revenu

Sage
Sort

Testament

Urne

Visa
Vol
Voyage

Vos droits

Vos droits à la santé et aux services sociaux **438**
Si vous n'êtes pas satisfait des soins reçus par un établissement de santé ou de services sociaux... 438
Si vous croyez qu'un produit, en vente sur le marché, constitue un danger pour votre santé... 439
Si vous êtes victime d'un acte criminel... 440
Vos droits de la personne **446**
Si vous êtes victime de discrimination ou que vos droits sont lésés... 446
Vos droits au travail **448**
Si votre employeur ne respecte pas vos droits concernant les normes du travail... 448
Si vous considérez que votre travail met votre santé en danger... 450
Si l'on vous congédie ou que l'on vous refuse un travail en raison de votre âge... 450
Vos droits de consommateur **451**
Si vous avez des embêtements à cause d'une garantie, d'un contrat, d'une vente itinérante... 451
Si l'achat ou la réparation de votre automobile vous cause des ennuis... 453
Si vous n'êtes pas satisfait des services obtenus par un membre d'une profession libérale ou que vous considérez avoir été lésé dans vos droits... 455
Si vous désirez obtenir de l'information concernant les lois fédérales visant la protection du consommateur... 457
Si vous avez décidé d'être un consommateur averti... 457

Vos droits civils **460**
Si vous désirez réclamer votre dû... 460
S'il vous est impossible de rembourser vos dettes... 465
Si vous ne pouvez plus veiller à la gestion de vos biens... 468
Si vous croyez avoir été lésé dans vos droits par l'Administration publique... 470
Si vous n'êtes pas satisfait des services obtenus auprès de l'Administration publique... 471
Si vous avez une plainte à formuler à l'égard d'un notaire ou d'un avocat... 471
Si vous avez des doutes sur la compétence de votre service de police... 473
Si on refuse de vous fournir une information détenue par les organismes publics ou si vous soupçonnez que des renseignements personnels ont été divulgués à votre sujet.. 474
Si vous voulez défendre une cause commune... 477
On s'occupe de vous... **479**
Ces organismes qui vous défendent et vous représentent 479
Les publications qui concernent vos droits **485**
Charte des droits et obligations de la personne âgée **490**

À titre d'aîné, vous avez des droits... Les connaissez-vous?

vos droits à la santé;
vos droits de la personne;
vos droits au travail;
vos droits de consommateur;
vos droits civils.

Connaissez-vous aussi les organismes qui vous représentent?

Vos droits à la santé et aux services sociaux

Si vous n'êtes pas satisfait des soins reçus par un établissement de santé ou de services sociaux...

Vous pouvez formuler une plainte auprès:

- de l'établissement où vous avez reçu les services;

Le Conseil régional de la santé et des services sociaux (C.R.S.S.S.) de votre région

Ce dernier a le mandat de répondre aux plaintes des usagers des établissements de santé et de services sociaux situés sur son territoire. Pour le rejoindre, consultez votre annuaire téléphonique:

La Commission des affaires sociales

Ce tribunal administratif protège les droits des personnes dans certaines matières qui relèvent du domaine social. Il reçoit toutes les plaintes qu'un usager peut déposer s'il est insatisfait d'une décision rendue à son égard en vertu de:

— la *Loi sur les services de santé et les services sociaux* (L.R.Q., c. S-5);
— la *Loi sur la protection de la santé publique* (L.R.Q., c. P-35);
— la *Loi sur l'assurance-maladie* (L.R.Q., c. A-29);
— la *Loi sur la protection du malade mental* (L.R.Q., c. P-41);
— la *Loi sur l'assurance automobile* (L.R.Q., c. A-25);
— la *Loi sur le régime de rentes du Québec* (L.R.Q., c. R-9);
— la *Loi sur la santé et la sécurité du travail* (L.R.Q., c. S-2.1).

Pour obtenir des renseignements supplémentaires:

▶ **Commission des affaires sociales**

440, boul. Dorchester Ouest
6e étage
Montréal (Québec)
H2Z 1V7
Tél.: (514) 873-5643

1020, route de l'Église
2e étage
Sainte-Foy (Québec)
G1V 3V9
Tél.: (418) 643-3400

Si vous croyez qu'un produit, en vente sur le marché, constitue un danger pour votre santé...

Vous pouvez déposer une plainte auprès du:

Ministère de la Santé et du Bien-être social du Canada

La Direction générale de la protection de la santé étudie toutes les plaintes déposées en rapport avec les domaines suivants: aliments, médicaments, produits de beauté, instruments médicaux et dispositifs émettant des radiations.

Tout aliment mis sur le marché (emballé, surgelé, en conserve, séché), qui a une odeur, un aspect ou un goût étrange, est moisi, renferme des insectes, des impuretés ou tout autre corps étranger, ou est mal emballé, peut faire l'objet d'une plainte. De même que tout médicament, produit de beauté, instrument médical et dispositif émettant des radiations qui entraînent des réactions défavorables, sont annoncés de manière trompeuse, mal étiquetés, altérés, vendus illégalement ou inefficaces.

Pour information:

- le bureau régional ou le bureau de district de la Direction régionale de la protection de la santé situé dans votre localité. L'adresse se trouve dans votre annuaire téléphonique dans les pages bleues, dans la section « Gouvernement du Canada », sous la rubrique « Ministère de la Santé et du Bien-être social »; ou

▶ **Direction générale**
de la protection de la santé
Gare maritime Champlain
901, rue du Cap-Diamant
Bureau 267
Québec (Québec)
G1K 4K1
Tél.: (418) 694-3670

Si vous êtes victime d'un acte criminel...

Vous êtes blessé ou un de vos proches est tué:

a) lors de la perpétration d'un délit criminel;
b) alors que vous ou ce parent assistez un agent de la paix lors d'une arrestation;
c) alors que vous ou ce parent tentez d'arrêter l'auteur d'un délit criminel;
d) alors que vous ou ce parent tentez de prévenir la perpétration d'un délit.

IVAC peut vous aider

Toute victime d'un acte criminel contre la personne, commis au Québec, peut bénéficier des avantages de la *Loi sur l'indemnisation des victimes d'actes criminels* (L.R.Q., c. I-6) (IVAC). L'application de cette loi relève de la Commission de la santé et de la sécurité du travail (C.S.S.T.).

Les victimes blessées ou, en cas de décès, les personnes qui étaient à leur charge reçoivent les mêmes prestations que celles qui sont prévues par la *Loi sur les accidents de travail* (L.R.Q., c. A-3) et, dans certains cas, d'autres avantages. Elles bénéficient des mêmes services d'assistance médicale et de réadaptation que la victime d'un accident du travail.

Comment recourir à l'IVAC?

Toute demande de prestations doit être adressée dans l'année où surviennent les dommages matériels, les blessures ou la mort de la victime, sur un formulaire réglementaire que vous pouvez obtenir au service de l'IVAC ou dans les bureaux régionaux de la Commission de la santé et de la sécurité du travail (C.S.S.T.). Ce formulaire doit être accompagné d'un rapport médical, d'une déclaration salariale produite par votre employeur, s'il y a lieu, et d'une autorisation d'information médicale.

Par la suite, votre dossier est étudié par un avocat, afin d'établir la recevabilité de la demande. Un avis de la décision vous sera transmis. La Commission estimera par la suite les indemnités auxquelles vous avez droit.

Blessure :
Aux termes de la loi, « blessure » signifie une lésion corporelle, un choc nerveux ou mental.

Vous bénéficiez de...

Circonstances	Bénéficiaires	Avantages
En cas de *blessures* lors d'une des circonstances mentionnées auparavant	La victime	Lorsqu'il y a lieu, indemnités pour incapacité totale temporaire et incapacité partielle permanente, remboursement des frais médicaux et service de réadaptation sociale
En cas de décès dans les mêmes circonstances	Les personnes à charge (conjoint et enfants mineurs)	Rente au conjoint survivant et rente aux enfants jusqu'à leur majorité ou jusqu'à la fin de leurs études. Allocation spéciale de 500 $
En cas de *décès d'un enfant* mineur dans les mêmes circonstances	Le père ou la mère de l'enfant qui assumait, en tout ou en partie, l'entretien de cet enfant	Le père ou la mère peut recevoir une indemnisation de 2 000 $
Dans tous les cas de *décès*	Toute personne qui a assumé les frais funéraires. Toute personne qui a assumé les frais de transport du corps de la victime du lieu du décès à son lieu de résidence	Un remboursement maximum de 600 $ Un remboursement selon les modalités prévues par règlement
En cas de *dommages matériels*, ***Uniquement*** dans les circonstances mentionnées en B, C et D	La victime	Un remboursement maximum de 1 000 $

Pour en savoir davantage sur IVAC ou pour obtenir un formulaire, communiquez avec:

▶ **Service de l'indemnisation des victimes d'actes criminels** (IVAC)
Commission de la santé
et de la sécurité du travail du Québec

1199, rue de Bleury
C.P. 6056,
succursale postale A
Montréal (Québec)
H3C 4E1
Tél.: (514) 873-6019

524, rue Bourdages
Bureau R-09
Québec (Québec)
G1K 7E2
Tél.: (418) 643-9890

ou avec l'un des bureaux régionaux de la:
Commission de la santé et de la sécurité du travail (C.S.S.T.).

Abitibi-Témiscamingue

▶ **Rouyn**
33, rue Gamble Ouest
Rouyn (Québec)
G9X 2R3
Tél.: (819) 762-4391

▶ **Val-d'Or**
900, 5e Avenue
Val-d'Or (Québec)
J9P 1B9
Tél.: (819) 824-2724

Bas-Saint-Laurent — Gaspésie

▶ **Rimouski**
180, rue des Gouverneurs
Rimouski (Québec)
G5L 8G1
Tél.: (418) 722-3717

▶ **Gaspé**
155, boul. York
C.P. 2488
Gaspé (Québec)
G0C 1S0
Tél.: (418) 368-5510

▶ **New-Richmond**
200, boul. Perron Ouest
New-Richmond (Québec)
G0C 2B0
Tél.: (418) 392-5091

Côte-Nord

▶ **Sept-Îles**
Au Grand Passage
690, boul. Laure, bureau 20
Sept-Îles (Québec)
G4R 4N8
Tél. : (418) 962-7031

▶ **Baie-Comeau — Hauterive**
300, boul. Lasalle
Baie-Comeau (Québec)
G4Z 2K2
Tél. : (418) 296-8626

▶ **Havre-Saint-Pierre**
796, de l'Escale — 2e étage
Havre-Saint-Pierre (Québec)
G0G 1P0
Tél. : (418) 538-2132

Estrie

▶ **Sherbrooke**
1335, rue King Ouest
Sherbrooke (Québec)
J1J 2B8
Tél. : (819) 821-5000

Île-de-Montréal

▶ **Montréal**
2, complexe Desjardins
Tour de l'Est
C.P. 3
Succursale Desjardins,
27e étage
Montréal (Québec)
H5B 1H1
Tél. : (514) 873-3990

Laval — Laurentides

▶ **Laval**
1700, boul. Laval
Laval (Québec)
H7S 2G6
Tél. : (514) 668-7400

▶ **Lanaudière**
373, boul. Manseau
Joliette (Québec)
J6E 3C4
Tél. : (514) 759-8080

▶ **Longueuil**
25, boul. Lafayette
Bureau 500
Longueil (Québec)
J4K 5B7
Tél. : (514) 463-0020

▶ **Granby**
391, rue Principale
Granby (Québec)
J2G 2W7
Tél. : (514) 378-7971

▶ **Sorel**
26, place de l'Entraide
Sorel (Québec)
J3P 7E3
Tél. : (514) 743-2727

▶ **Valleyfield**
157, rue Victoria
Valleyfield (Québec)
J6T 1A5
Tél. : (514) 371-8911

Mauricie — Bois-Francs

▶ **Trois-Rivières**
1055, boul. des Forges
2e étage, bureau 200
Trois-Rivières (Québec)
G8Z 4J9
Tél. : (819) 373-1255

Nouveau-Québec

▶ **La Grande 4**
Baie-James (Québec)
J0Y 3E0
Tél. : (0) 854-4175

Outaouais

▶ **Hull**
15, boul. Gamelin
Hull (Québec)
J8Y 6N5
Tél. : (819) 770-3134

Québec

▶ **Québec**
1, parc Samuel-Holland
Bureau 340
Québec (Québec)
G1S 4R7
Tél. : (418) 643-5860

▶ **Thetford-Mines**
693, rue Saint-Alphonse Ouest
Bureau 79
Thetford-Mines (Québec)
G6G 3X3
Tél. : (418) 338-4652

Saguenay — Lac Saint-Jean

▶ **Chicoutimi**
326, boul. des Saguenéens
2e étage
Chicoutimi (Québec)
G7H 6P8
Tél. : (418) 545-9740

▶ **Saint-Félicien**
913, boul. Sacré-Coeur
Case postale 1016
Saint-Félicien (Québec)
G0W 2N0
Tél. : (418) 679-5463

Vos droits de la personne

Si vous êtes victime de discrimination ou que vos droits sont lésés...

La Commission des droits de la personne

La Commission des droits de la personne est mandatée par le gouvernement provincial pour promouvoir et faire respecter les principes contenus dans la *Charte des droits et libertés de la personne*.

Outre le respect de vos droits fondamentaux, vos droits judiciaires, vos droits politiques, vos droits économiques et sociaux, la Charte interdit toute discrimination à l'égard de: votre race, votre sexe, votre orientation sexuelle, votre état civil, votre langue, vos convictions politiques et religieuses, votre condition sociale, le fait que vous soyez une personne handicapée ou que vous utilisiez quelque moyen pour pallier votre handicap.

Si vous croyez être victime de discrimination, vous pouvez porter plainte auprès de la Commission des droits de la personne, qui interviendra en utilisant ses pouvoirs d'enquête sur les sujets relevant de sa compétence.

Pour obtenir des renseignements supplémentaires:

▶ **Commission des droits de la personne**

360, rue Saint-Jacques Ouest
Montréal (Québec)
H2Y 1P5
Tél.: (514) 873-5146
Sans frais: 1-800-361-6477

1279, boul. Charest Ouest
7e étage
Québec (Québec)
G1N 4K7
Tél.: (418) 643-1872
Sans frais: 1-800-361-6477

La Commission canadienne des droits de la personne

Tout comme la Commission provinciale, la Commission canadienne des droits de la personne vous protège contre la discrimination dans divers domaines. S'il s'agit d'une question relative à une loi fédérale, la Commission canadienne s'occupera de votre plainte. Quelle que soit la commission à laquelle vous fassiez appel, on vous indiquera au besoin à qui vous devez vous adresser.

Pour obtenir des renseignements supplémentaires:

▶ **Commission canadienne des droits de la personne**
1253, avenue McGill College
Bureau 330
Montréal (Québec)
H3B 2Y5
Tél.: (514) 283-5218

La Ligue des droits et libertés

La Ligue défend les droits collectifs, sociaux et économiques de l'individu et tente d'améliorer les conditions d'exercice des libertés. Elle affirme sa solidarité avec tous ceux qui luttent pour l'acquisition ou la préservation des droits et libertés. La Ligue s'engage à défendre toutes les catégories d'êtres humains dont les droits quotidiens sont menacés.

Pour obtenir des renseignements supplémentaires:

▶ **Ligue des droits et libertés**
1825, rue de Champlain
Montréal (Québec)
H2L 2S9
Tél.: (514) 527-8551

Vos droits au travail

Si votre employeur ne respecte pas vos droits concernant les normes du travail...

(salaire, bulletin de paie, la durée de la semaine de travail, les congés annuels payés, les jours fériés, les congés spéciaux, le congé de maternité, le préavis de licenciement...)

Vous pouvez adresser une plainte auprès de:

La Commission des normes du travail

Vous avez un an pour intenter une action civile. La Commission peut réclamer le salaire que l'on vous doit, jusqu'à concurrence du double du salaire minimum. Elle peut aussi réclamer les autres avantages pécuniaires tels que l'indemnité de vacances, etc.

Pour plus de renseignements, adressez-vous à la:

▶ **Commission des normes du travail**
Direction des communications
750, boul. Charest Est
2e étage
Québec (Québec)
G1K 7Z5
Tél.: (418) 643-8742

ou à l'un des bureaux suivants:

▶ **Baie-Comeau**
896, rue Leventoux
Baie-Comeau (Québec)
G5C 1K1
Tél.: (418) 589-9931

▶ **Hull**
717, boul. Saint-Joseph
Hull (Québec)
J8Y 4B6
Tél.: (819) 771-6259

▶ **Jonquière**
3950, boul. Harvey Est
Jonquière (Québec)
G7X 8L6
Tél.: (418) 547-6689
ou 547-9366

▶ **Lévis**
2, place Tanguay
Lévis (Québec)
G6V 6W8
Tél.: (418) 833-6194

▶ **Matane**
235, avenue Saint-Jérôme
Bureau 301
Matane (Québec)
G4W 3A7
Tél.: (418) 562-2010

▶ **Montréal**
2, complexe Desjardins
C.P. 730
Montréal (Québec)
H5B 1B8
Tél.: (514) 873-7061

▶ **Québec**
210, boul. Charest Est
6e étage
Québec (Québec)
G1K 3H1
Tél.: (418) 643-4940

▶ **Rouyn**
33, rue Gamble Ouest
Rouyn (Québec)
J9X 2R3
Tél.: (819) 762-0867

▶ **Sherbrooke**
112, rue Wellington Sud
Sherbrooke (Québec)
J1H 5C7
Tél.: (819) 565-0441

▶ **Trois-Rivières**
140, rue Saint-Antoine
Bureau 202
Trois-Rivières (Québec)
G9A 5N6
Tél.: (819) 374-4661

Si vous considérez que votre travail met votre santé en danger...

La Commission de la santé et de la sécurité du travail (C.S.S.T.)

La Commission est responsable du programme de la santé et de la sécurité du travail du Québec. Elle veille à la prévention des risques d'accidents et de maladies, assure l'inspection des milieux de travail et administre les programmes aux accidentés du travail. Le mandat exclusif de la Commission s'étend à l'ensemble des lois, règlements, normes et techniques touchant la santé et la sécurité du travail dans tous les secteurs, y compris celui de la construction.

Pour des renseignements supplémentaires, communiquez avec l'un des bureaux régionaux de la Commission de la santé et de la sécurité du travail (C.S.S.T.) dont la liste se trouve à la page 443 du *Guide*.

Si l'on vous congédie ou que l'on refuse de vous donner un travail en raison de votre âge...

La Commission des normes du travail

Si vous croyez que votre congédiement est relié à votre âge, vous avez un délai de 90 jours pour déposer une plainte, par écrit, à la Commission des normes du travail. Si l'on vous congédie pour un autre motif que vous jugez sans fondement juste et valable, vous avez 30 jours pour porter plainte.

Pour information:

▶ **Commission des normes du travail**
Direction des communications
750, boul. Charest Est
Québec (Québec)
G1K 7Z5
Tél.: (418) 643-8742

ou à l'un des bureaux régionaux, dont vous trouverez la liste à la page 449 du *Guide*.

La Commission des droits de la personne du Québec

Il revient à la Commission des droits de la personne du Québec de vous protéger contre toute discrimination en raison de votre âge.

Pour information:

▶ **Commission des droits de la personne**

360, rue Saint-Jacques
Montréal (Québec)
H2Y 1P5
Tél.: (514) 873-5146
Sans frais: 1-800-361-6477

1279, boul. Charest Ouest
7e étage
Québec (Québec)
G1N 4K7
Tél.: (418) 643-1872
Sans frais: 1-800-361-6477

N.B. Si votre employeur est régi par une loi fédérale, vous devez adresser votre plainte à la Commission canadienne des droits de la personne.

Vos droits de consommateur

Si vous avez des embêtements à cause d'une garantie, d'un contrat, d'une vente itinérante...

L'Office de la protection du consommateur

L'Office de la protection du consommateur a pour mandat de protéger les droits des consommateurs. Que ce soit pour:

- une garantie;
- un contrat;
- une vente itinérante (le porte à porte);
- la réparation d'un appareil ménager;
- la vente ou la réparation d'une automobile ou d'une motocyclette d'occasion;
- un contrat de louage de services à exécution successive (écoles de langue ou de danse, agence de rencontre, etc.);
- les pratiques d'un commerce;

- un achat par correspondance;
- la publicité;
- le crédit;
- une vente pyramidale;
- une agence de recouvrement (qu'on appelait autrefois « bureaux de collection »);
- une agence de voyages;

vous pouvez vous adresser à l'Office de la protection du consommateur. Il peut recevoir vos plaintes, vous renseigner sur vos droits, vous informer sur les recours possibles, procéder à des recherches et à des études concernant la consommation et les pratiques frauduleuses ou évaluer divers biens et services.

Pour information supplémentaire, communiquez avec:

- l'un des bureaux régionaux de
  L'Office de la protection du consommateur

▶ **Abitibi-Témiscamingue**
170, rue Principale, 2e étage
Rouyn (Québec)
J9X 4P7
Tél.: (819) 762-2355

▶ **Bas-Saint-Laurent**
337, rue Moreault
Rimouski (Québec)
G5L 1P4
Tél.: (418) 722-3775

▶ **Côte-Nord**
466, rue Arnaud
Sept-Îles (Québec)
G4R 3A9
Tél.: (418) 968-8581

▶ **Estrie**
740, rue Galt Ouest
Bureau 202
Sherbrooke (Québec)
J1H 1Z3
Tél.: (819) 566-4266

▶ **Gaspésie — Îles-de-la-Madeleine**
Édifice Pierre-Fortin
Rue de la Cathédrale
C.P. 1418
Gaspé (Québec)
G0C 1R0
Tél.: (418) 368-4141

▶ **Laurentides-Lanaudière**
85, rue de Martigny Ouest
1er étage
Saint-Jérôme (Québec)
J7Y 3R8
Tél.: (514) 432-3110

▶ **Mauricie — Bois-Francs**
Édifice Capitanal
100, rue Laviolette,
Rez-de-chaussée
Trois-Rivières (Québec)
G9A 5S9
Tél.: (819) 374-2424

▶ **Montréal**
Village olympique
5199, rue Sherbrooke Est
Bureau 3671, aile A
Montréal (Québec)
H1T 3X2
Tél.: (514) 256-5061

▶ **Outaouais**
715, boul. Saint-Joseph
Hull (Québec)
J8Y 4B6
Tél.: (819) 770-9004

▶ **Québec**
6, rue de l'Université
5e étage
Québec (Québec)
G1R 5G8
Tél.: (418) 643-8652

▶ **Rive-Sud — Montérégie**
Édifice Port-de-Mer
101, place Charles-Lemoyne
Bureau 223
Longueuil (Québec)
J4K 4Z1
Tél.: (514) 463-1888

▶ **Saguenay — Lac-Saint-Jean**
2481, rue Saint-Dominique
Jonquière (Québec)
G7X 6K4
Tél.: (418) 547-5741

- ou avec Communication-Québec, dont la liste des bureaux se trouve à l'annexe I du *Guide*.

Si l'achat ou la réparation de votre automobile vous cause des ennuis...

L'Association de la protection des automobilistes (A.P.A.)

L'Association protège les propriétaires d'automobile victimes d'abus ou de fraude. Elle offre un service d'information sur les automobiles (neuves ou d'occasion), les garages recommandés ou déconseillés et tout ce qui a trait à l'automobile en général. L'A.P.A. offre une assistance technique et juridique dans les démarches portant sur la qualité des produits et des services. Pour se prévaloir de l'ensemble des services offerts par l'Association, il faut en être membre. Une cotisation annuelle est exigée.

Pour information:

▶ **Association pour la protection des automobilistes**
292, boul. Saint-Joseph Ouest
Montréal (Québec)
H2V 2N7
Tél.: (514) 273-1733

L'Association canadienne des automobilistes (C.A.A.)

La plupart des clubs automobiles sont affiliés à cette Association. Ces clubs offrent de nombreux services à leurs membres: information, service de dépannage gratuit, service d'inspection des automobiles, service de protection des consommateurs et assistance juridique. Ils publient une liste de garages recommandés et offrent des cartes et des itinéraires de voyage. Ces services sont offerts partout, où que vous soyez en Amérique du Nord. Une contribution est demandée pour devenir membre d'un Club automobile. Vous trouverez la liste des clubs automobiles dans votre annuaire téléphonique.

Le ministère des Transports du Canada

Le ministère des Transports du Canada détermine et impose les normes de sécurité pour toute voiture neuve vendue au Canada. Lorsque certaines pièces d'un véhicule motorisé ne sont pas conformes à ces normes, cette voiture doit faire l'objet d'un rappel. Si vous avez une plainte à formuler concernant la sécurité de votre voiture, adressez-vous à:

▶ **La Sécurité automobile et routière**
Transports Canada
Place de Ville
Tour C, 27e étage
Ottawa (Canada)
K1A 0N5
Tél.: (613) 996-2505

ou à l'Office de la protection du consommateur tel que mentionné précédemment.

Si vous n'êtes pas satisfait des services obtenus par un professionnel ou que vous considérez avoir été lésé dans vos droits...

L'Office des professions du Québec

L'Office des professions du Québec agit à titre de surveillant. Il voit à ce que les corporations professionnelles assurent la protection du public quand elles adoptent ou appliquent des règlements pour leurs membres. Il conseille le Gouvernement sur les questions touchant le système professionnel du Québec.

Vous pouvez faire appel à l'Office:

- si un professionnel a fait preuve de discrimination à votre égard;
- si un professionnel déroge à l'éthique rattachée à l'exercice de ses fonctions;
- s'il vous refuse des renseignements auxquels vous avez droit (traitement, services, honoraires, etc.).

L'Office des professions du Québec vous indiquera la façon de procéder pour déposer une plainte. Avocat, médecin, infirmier, notaire, dentiste sont quelques-unes des professions représentées par l'Office.

Pour information:

▶ **L'Office des professions du Québec**

276, rue Saint-Jacques Ouest
Bureau 728
Montréal (Québec)
H2Y 1N3
Tél.: (514) 873-4057

930, chemin Sainte-Foy
Bureau 780
Québec (Québec)
G1S 2L4
Tél.: (418) 643-6912

Si vous devez faire un interurbain, demandez à Communication-Québec de transmettre votre message pour qu'un agent de l'Office vous rappelle.

Les corporations et les associations professionnelles

Plusieurs professions sont régies par une corporation. En voici quelques-unes:

Administrateurs agréés
Agronomes
Architectes
Arpenteurs-géomètres
Audioprothésistes
Avocats
Chimistes
Chiropraticiens
Comptables agréés
Comptables en administration industrielle
Comptables généraux licenciés
Conseillers d'orientation
Conseillers en relations industrielles
Dentistes
Denturologistes
Diététistes
Ergothérapeutes
Évaluateurs agréés
Hygiénistes dentaires
Infirmières et infirmiers
Infirmières et infirmiers auxiliaires
Ingénieurs
Ingénieurs forestiers
Médecins
Médecins vétérinaires
Notaires
Opticiens d'ordonnances
Optométristes
Orthophonistes et audiologistes
Pharmaciens
Physiothérapeutes
Podiatres
Psychologues
Techniciens dentaires
Techniciens en radiologie
Technologistes médicaux
Technologues des sciences appliquées
Travailleurs sociaux
Urbanistes

Vous pouvez trouver l'adresse et le numéro de téléphone des corporations dans votre annuaire téléphonique ou en contactant Communication-Québec, dont la liste des bureaux est mentionnée à l'annexe I du *Guide*.

Si vous désirez obtenir de l'information concernant les lois fédérales visant la protection du consommateur...

Le ministère de la Consommation et Corporations du Canada

Ce ministère s'engage à faire respecter les lois concernant:

- les poids et mesures;
- l'inspection du gaz et de l'électricité;
- l'emballage et l'étiquetage des produits de consommation;
- le poinçonnage des métaux précieux;
- l'étiquetage des textiles;
- les produits dangereux;
- la publicité trompeuse.

Pour information:

Vous trouverez les coordonnés de Consommation et Corporations Canada dans les pages bleues de votre annuaire téléphonique sous — Gouvernement du Canada — « Consommation et Corporations Canada » ou « Service aux consommateurs ». Si vous devez faire un interurbain ou si le numéro n'apparaît pas dans votre annuaire, appelez « Bureau de service du Canada ».

Si vous avez décidé d'être un consommateur averti...

L'Association des consommateurs du Québec (A.C.Q.)

Tous les problèmes relatifs à la consommation intéressent l'Association des consommateurs du Québec. Elle analyse de nombreux produits et met ses conclusions à votre disposition. Par le biais de ses centres d'information, l'A.C.Q. peut répondre à toutes vos questions, notamment sur le rendement des produits et le rapport qualité/prix. Elle vous offre, entre autres, un dépliant donnant une foule de rensei-

gnements qui vous intéressent grandement: les démarches à faire pour obtenir la pension de la Sécurité de la vieillesse, pour demander l'admission dans un centre d'accueil, les numéros de téléphone en cas d'urgence, etc.

Pour information:
Les centres d'information

▶ **Haut-Richelieu (Saint-Jean)**
175, rue Dollard, app. 2
Saint-Jean-sur-le-Richelieu
(Québec)
J3B 5H1
Tél.: (514) 346-2345

▶ **La Tuque**
288A, rue Saint-Joseph
La Tuque (Québec)
G9X 1K8
Tél.: (819) 523-3229

▶ **Laval**
4901, rue Saint-Joseph
Bureau 308
Laval (Québec)
H7C 1H6
Tél.: (514) 661-7470

▶ **Montréal**
45, rue Jarry Est
Montréal (Québec)
H2P 1S9
Tél.: (514) 388-2709

▶ **Québec**
804, côte d'Abraham
Québec (Québec)
G1R 1A3
Tél.: (418) 529-6811

▶ **Sorel — Tracy**
84A, rue du Roi
Sorel (Québec)
J3P 4M8
Tél.: (514) 743-0777

▶ **Trois-Rivières**
1800, rue Saint-Paul
Bureau 106
Trois-Rivières (Québec)
G9A 1J7
Tél.: (819) 373-2484

Les coopératives de consommation

Les différentes coopératives de consommation de la province peuvent vous fournir de précieux conseils au sujet des produits de consommation. Elles effectuent de nombreuses analyses et peuvent vous en donner les résultats.

Pour information:

Vous trouverez la liste des coopératives de consommation dans votre annuaire téléphonique.

L'Association coopérative d'économie familiale (ACEF)

L'Association coopérative d'économie familiale vise à protéger le consommateur contre l'endettement et à l'informer sur la consommation. Elle offre divers types de services: conseils juridiques, consultation budgétaire, rencontres d'information et d'éducation. L'ACEF offre également des cours de planification budgétaire en vue de la préretraite et de la retraite.

Pour information:

▶ **ACEF de Joliette**
639, rue Saint-Viateur
Joliette (Québec)
J6E 3B8
Tél.: (514) 756-1333

▶ **ACEF du Centre de Montréal**
1212, rue Panet
Montréal (Québec)
H2L 2Y7
Tél.: (514) 598-7288

▶ **ACEF du Nord de Montréal**
7500, rue Chateaubriand
Montréal (Québec)
H2R 2M7
Tél.: (514) 277-7959

▶ **ACEF de l'Est de Montréal**
8750, rue Degrosbois
Montréal (Québec)
H1K 2G7
Tél.: (514) 352-7880

▶ **ACEF de l'Outaouais**
18, rue Charlevoix
Hull (Québec)
J8X 1P1
Tél.: (819) 770-4911

▶ **ACEF de Sainte-Thérèse**
30A, rue Turgeon
Sainte-Thérèse (Québec)
J7E 3H4
Tél.: (514) 430-2228

▶ **ACEF de Thetford-Mines**
37, rue Notre-Dame Sud
Thetford-Mines (Québec)
G6G 1J1
Tél.: (418) 338-4755

▶ **ACEF de Trois-Rivières**
1293, rue Hart
Trois-Rivières (Québec)
G9A 4S5
Tél.: (819) 378-7888

▶ **ACEF de Victoriaville**
10, rue Carignan
Victoriaville (Québec)
G6P 4Z5
Tél.: (819) 752-5855

▶ **Fédération des ACEF du Québec**
1212, rue Panet
Montréal (Québec)
H2L 2Y7
Tél.: (514) 526-0823

Vos droits civils

Si vous désirez réclamer votre dû...

« La Cour des petites créances »

La Division des petites créances de la Cour provinciale vous permet de réclamer à un débiteur une somme de 800 $[1] et moins qui vous est due. L'une des particularités de cette cour est l'absence d'avocats. Les parties impliquées doivent exposer elles-mêmes les motifs de leur requête ou de leur défense. Toutefois, si l'une ou l'autre des parties ne peut se présenter devant le juge pour des raisons valables (maladie, éloignement, âge avancé, etc.), un membre de la famille peut la remplacer.

À la Cour des petites créances, les procédures judiciaires sont simplifiées, les délais de comparution, courts, les jugements, rapidement rendus et les coûts, minimes.

Les frais

Si votre réclamation est inférieure à 250 $ les frais seront de 10 $, et 20 $ pour une réclamation de 250 $ et plus. Par ailleurs, si vous gagnez votre cause, ces frais vous seront remboursés.

Les formalités sont simples :

- présentez vous au palais de justice où le greffier complètera une requête et vous demandera les renseignements suivants : la somme réclamée, les motifs de votre demande, le nom et l'adresse de la personne qui est poursuivie ;
- déposez votre requête à la Cour provinciale du palais de justice de votre région administrative, Division des petites créances ;

1. Un projet de loi a été présenté en vue de majorer à 1000 $ le montant maximum à réclamer plutôt que 800 $.

- le débiteur a dix jours à partir de la date de la signification de la requête pour s'arranger avec vous (le créancier) ou pour contester la requête;
- si le débiteur n'a pas agi dans ce délai, vous serez tous deux avisés de la date de l'audition de votre cause;
- un juge entendra les deux parties, analysera les témoignages et rendra son jugement.

Pour information:

Vous trouverez l'adresse et le numéro de téléphone de la Cour des petites créances de votre localité dans les pages bleues de votre annuaire téléphonique — Gouvernement du Québec — sous la rubrique « Justice ».

Si vous avez besoin des services d'un avocat ou d'un notaire et que vous n'avez pas les moyens financiers nécessaires...

L'aide juridique

L'aide juridique est un service gouvernemental qui permet à toute personne qui est économiquement défavorisée de se prévaloir gratuitement des services professionnels d'un avocat ou d'un notaire. L'aide juridique assume également les frais de cour, d'huissiers et de sténographes.

L'admission à l'aide juridique est établie à partir des revenus bruts hebdomadaires. Toute personne qui ne peut obtenir ces services professionnels sans se priver de moyens nécessaires de subsistance peut se prévaloir des services de l'aide juridique. Par ailleurs, une personne qui bénéficie déjà de l'aide sociale est presque automatiquement admissible.

Pour avoir droit à l'aide juridique, vos revenus bruts hebdomadaires ne doivent pas excéder ces montants:

Composition de la famille	Revenus bruts hebdomadaires
une personne seule	170 $
une personne seule avec une personne à charge	185 $
une personne seule avec 2 personnes à charge	215 $
une personne seule avec 3 personnes à charge	230 $
une personne seule avec 4 personnes à charge	245 $
une personne seule avec 5 personnes à charge	265 $
pour chaque personne à charge supplémentaire	15 $
un couple	185 $
un couple avec 1 personne à charge	215 $
un couple avec 2 personnes à charge	230 $
un couple avec 3 personnes à charge	245 $
un couple avec 4 personnes à charge	265 $
un couple avec 5 personnes à charge	285 $
pour chaque personne à charge supplémentaire	15 $

Dans le calcul de votre revenu hebdomadaire, vous ne devez pas inclure vos allocations familiales.

Certaines circonstances exceptionnelles, tel votre état d'endettement, peuvent vous rendre admissible à l'aide juridique, même si votre situation ne correspond pas à ces exigences. Avant de conclure que vous n'y avez pas accès, renseignez-vous auprès de votre bureau régional d'aide juridique.

Les services couverts par l'aide juridique sont les suivants:

- le domaine matrimonial (séparation, divorce, etc.);
- le droit social (prestation de vieillesse, aide sociale, etc.);
- la consommation (logement, contrat, finance, etc.);
- le domaine économique (testament, succession, saisie, etc.);
- le domaine criminel et autres.

Comment procéder pour bénéficier de l'aide juridique?

- Rendez-vous au bureau d'aide juridique le plus près de chez vous. Vous trouverez la liste dans votre annuaire téléphonique, dans les pages bleues, à la rubrique « Aide juridique »;
- exposez dans votre demande, votre état financier et le fondement de votre droit. Vous devez fournir les renseignements demandés et y joindre tous les documents requis;
- s'il survient, par la suite, des changements qui viennent modifier les renseignements apparaissant sur votre formulaire, communiquez le plus tôt possible avec le bureau d'aide juridique;
- après cette étape, n'entreprenez rien avant d'avoir reçu **l'attestation d'admissibilité** délivrée par le directeur du Bureau de l'aide juridique. Cette attestation constitue la seule preuve d'admissibilité;
- après réception de ce document, remettez-le à votre avocat ou à votre notaire.

À noter que l'aide juridique est un service gratuit. Cependant, si vous perdez votre cause et êtes condamné à payer les frais, vous devrez rembourser tous les frais de la partie adverse.

Si on refuse votre demande...

Si le directeur d'aide juridique refuse de vous accorder de l'aide juridique, vous pouvez demander une révision de cette décision dans les 15 jours suivants.

Votre demande de révision doit être écrite, contenir un exposé sommaire des motifs que vous invoquez, et elle doit être adressée, par courrier recommandé, à l'attention du:

▶ Président de la Commission
Commission des services juridiques
2, complexe Desjardins
Tour de l'Est, 14e étage
Montréal (Québec) H5B 1B3
Tél.: (514) 873-3562

Un avocat étudiera votre dossier. Le comité de révision examinera le rapport de l'avocat, étudiera la demande de révision et vous avisera de la décision finale et sans appel ainsi que des raisons qui la motivent. Il y a également appel au comité de révision de la décision du directeur général dans les 15 jours de cette décision.

ATTENTION! ATTENTION! ATTENTION!

Vous n'avez jamais à verser d'honoraires à l'avocat ou au notaire qui vous est assigné par l'aide juridique. Si le professionnel en question exige des honoraires, refusez de les acquitter et écrivez à l'adresse suivante pour faire connaître les circonstances d'une telle demande:

▶ **Commission des services juridiques**
C.P. 123, succ. Desjardins
Montréal (Québec)
H5B 1B3
Tél.: (514) 873-3562

Pour information supplémentaire:

contactez le Bureau de l'aide juridique le plus près de chez vous. Vous trouverez la liste dans votre annuaire téléphonique — Gouvernement du Québec — sous « Aide juridique » ou « Centre communautaire juridique »

ou:

▶ **Commissions des services juridiques**
Service de l'information
2, complexe Desjardins
Tour de l'Est
14e étage, bureau 1404
Montréal (Québec)
H5B 1B3
Tél.: (514) 873-3562 ou (514) 873-2206

S'il vous est impossible de rembourser vos dettes...

Le dépôt volontaire, une mesure légale pour éviter le pire!

Cette mesure est exclusive au Québec. Si vous avez accumulé « quelques » dettes et que vous voulez éviter la saisie de votre salaire, de vos meubles et de votre résidence, vous pouvez avoir recours au dépôt volontaire.

Le principe est simple. Pour vous permettre de payer vos dettes vous déposerez régulièrement au greffe de la Cour provinciale la partie saisissable de votre salaire. Le greffe répartira les sommes d'argent entre vos créanciers.

Si vous désirez vous inscrire au dépôt volontaire, vous devez vous présenter au palais de justice de votre district judiciaire et y faire une déclaration assermentée contenant la liste des créanciers, la nature et le montant de chacune de vos dettes.

Pour information, communiquez avec:

▶ **Palais de justice de Montréal (Greffe)**
1, rue Notre-Dame Est
Montréal (Québec)
H2Y 1B6
Tél.: (514) 873-3233

▶ **Palais de justice de Québec (Greffe)**
300, boul. Jean-Lesage
Québec (Québec)
G1K 8K6
Tél.: (418) 644-4485

ou

le greffier de la Cour provinciale du palais de justice, si vous résidez à un endroit où il existe une Cour provinciale de district;

ou

pour les endroits où existe une Cour provinciale de comté, consultez l'annuaire téléphonique sous la rubrique — Gouvernement du Québec, — « Justice ».

Pour obtenir de la documentation, adressez-vous:

▶ **Ministère de la Justice**
Direction des communications
1200, route de l'Église
Sainte-Foy (Québec)
G1V 4M1
Tél.: (418) 643-5140

La faillite

Depuis 1955, la *Loi sur la faillite* (S.R.C., c. B-3) vous permet de vous libérer de la plupart de vos dettes si vous n'avez plus la possibilité de les rembourser autrement. La faillite vous donne la possibilité de recommencer à neuf.

Il existe des conditions pour pouvoir faire faillite:

- avoir accumulé des dettes pour une somme supérieure à 1 000 $;
- être dans l'impossibilité de rembourser vos dettes;
- la valeur de vos biens saisissables (maison, meubles, etc.) doit être insuffisante pour acquitter vos dettes.

La première démarche à effectuer est de communiquer avec un syndic, le personnage principal dans le règlement d'une faillite.

Comment procéder?

Il existe deux possibilités:

1) choisir vous-même un syndic dans les pages jaunes de votre annuaire téléphonique ou,
2) vous en faire recommander un par des connaissances.

Avant de déterminer votre façon de procéder, rappelez-vous l'importance du syndic dans une faillite. Il doit tout savoir...: tous les aspects de votre situation économique (comptes en banque, salaire, etc.), toutes vos dettes, toutes les ventes ou dons importants que vous avez effectués depuis un an ou 5 ans, selon le cas.

Vous devez absolument aviser votre syndic de toute modification de vos revenus pendant la période de la faillite.

Et c'est parti...

À partir de ce moment le syndic est maître d'oeuvre de vos biens saisissables. Il dresse un inventaire de vos biens, veille à leur conservation, les administre, récupère les biens se trouvant entre les mains d'autres personnes, etc., jusqu'à ce que s'effectue la liquidation de vos biens au bénéfice des créanciers. Le syndic agit à la fois comme votre représentant et comme celui de vos créanciers.

Combien en coûte-t-il pour faire faillite?

Car faire faillite n'est pas gratuit!

Il en coûte toujours quelque chose de faire faillite, même si vous êtes en chômage ou prestataire d'aide sociale. À chaque mois, vous devez envoyer une certaine somme d'argent à votre syndic. Le montant à débourser varie selon les cas. Cette somme servira à payer les honoraires du syndic, et le reste sera distribué entre vos créanciers.

Et c'est ainsi jusqu'au jour... où vous aurez obtenu votre libération.

Après dix mois environ, votre syndic doit demander votre libération à un juge. Il décidera en se basant sur le rapport présenté par votre syndic, sur les causes de votre faillite et votre conduite durant la faillite (par exemple, si vous avez payé tous les mois). Le juge peut vous libérer de vos dettes ou il peut imposer le versement d'un montant supplémentaire aux créanciers.

Il est très rare qu'un juge refuse une libération et, en général, vous aurez, tout compte fait, payé pour seulement une partie de vos dettes.

Mais attention!

La libération ne dégage pas votre ou vos endosseurs. Elle ne vous décharge pas non plus de toutes vos dettes. Il existe certaines dettes dont on ne se départit jamais: ce sont les dettes reliées aux nécessités de la vie: dettes d'épicerie, de chauffage, d'électricité, de vêtements, pensions alimentaires, contraventions non payées.

Le paradoxe de la loi...

Ainsi, si vous vous êtes endetté pour faire le tour du monde... on pourra vous libérer de vos dettes. Mais, si vous vous êtes endetté pour manger ou vous chauffer... on fera tout pour percevoir jusqu'au dernier cent. Bizarre! Bizarre!

Pour obtenir des renseignements supplémentaires ou de la documentation:

▶ **Ministère de la Justice**
Direction des communications
1200, route de l'Église
Sainte-Foy (Québec)
G1V 4M1
Tél.: (418) 643-5140

Si vous ne pouvez plus veiller à la gestion de vos biens...

Le Curateur public

Il peut arriver, pour diverses raisons, que vous deviez subir un traitement médical, de courte ou de longue durée, et que vous soyez inapte à administrer vos biens.

Dans ces circonstances, si vous ne disposez pas des services d'un curateur privé, l'administrateur de l'établissement hospitalier pourra déléguer cette responsabilité au Curateur public.

Le Curateur public est un organisme qui a le mandat de protéger les biens des personnes incapables de les administrer elles-mêmes, de surveiller l'administration des biens

confiés aux curateurs privés et aux tuteurs, et d'administrer les successions vacantes et les biens sans maître.

Cependant, même si vos biens sont confiés au Curateur public, vous conservez vos droits fondamentaux:

- le droit d'être informé (vous, votre famille, vos proches) des mesures entreprises par le personnel traitant pour accélérer le rétablissement de votre santé;
- le droit d'exiger que toute correspondance échangée entre vous et les autorités compétentes soit transmise sans délai et de façon strictement confidentielle;
- le droit de réclamer l'interruption de la cure fermée si la nécessité de sa prolongation n'est pas confirmée par un examen psychiatrique périodique;
- le droit d'exiger de l'établissement le document explicatif « Droits et recours des personnes en cure fermée ».

Toute personne qui a des raisons fondées de contester la nécessité d'être maintenue en cure fermée peut soumettre son cas à la Commission des affaires sociales.

Pour information:

vous pouvez consulter la section du chapitre 2 du *Guide* qui explique de façon plus détaillée le rôle du Curateur public:

▶ **Le Curateur public**
Tour de la Bourse
800, place Victoria
Montréal (Québec)
H4Z 1J6
Tél.: (514) 873-4074

▶ **La Commission des affaires sociales**

1020, route de l'Église
2e étage
Sainte-Foy (Québec)
G1V 3V9
Tél.: (418) 643-3400

440, boul. Dorchester Ouest
6e étage
Montréal (Québec)
H2Z 1V7
Tél.: (514) 873-5643

Si vous croyez avoir été lésé dans vos droits par l'Administration publique...

Le Protecteur du citoyen

Si vous estimez qu'un fonctionnaire, un officier ou un employé relevant de la fonction publique québécoise:

- ne s'est pas conformé à la loi;
- a agi de façon déraisonnable, injuste, abusive ou d'une manière discriminatoire;
- a manqué à son devoir ou fait preuve d'inconduite ou de négligence;
- a commis une erreur de droit ou de fait;
- dans l'exercice d'un pouvoir discrétionnaire, a agi dans un but injuste, en se fondant sur des motifs qui ne sont pas pertinents ou en n'en motivant pas l'exercice lorsqu'il devait le faire;

communiquez avec le Protecteur du citoyen.

Le Protecteur du citoyen est un délégué de l'Assemblée nationale; il a pour mission de faire respecter les droits des citoyens dans leurs rapports avec l'Administration publique provinciale. Il reçoit les plaintes des citoyens, fait enquête, s'il y a lieu, auprès des services concernés, fait les recommandations nécessaires et veille à leur application, puis il informe toutes les parties intéressées du résultat de son intervention. Ces services sont gratuits.

Pour obtenir des renseignements supplémentaires ou pour déposer une demande d'enquête:

▶ **Protecteur du citoyen**
5199, rue Sherbrooke Est
Bureau 2931
Montréal (Québec)
G1T 3X2
Tél.: (514) 253-1944

14, rue Haldimand
Québec (Québec)
H1T 3X1
Tél.: (418) 643-2688

ou contactez Communication-Québec dont vous trouverez la liste des bureaux à l'annexe I du *Guide*.

Si vous n'êtes pas satisfait des services obtenus auprès de l'Administration publique...

Le Secrétariat aux relations avec les citoyens et citoyennes

Si jamais vos démarches auprès des ministères n'étaient pas efficaces, vous pouvez, en dernier ressort, communiquer avec le Secrétariat aux relations avec les citoyens et citoyennes. Celui-ci a été créé en septembre 1982 pour améliorer les services gouvernementaux dans tous les domaines. Sous l'autorité du ministre délégué, il fait des enquêtes et propose des correctifs aux insuffisances et aux lacunes qu'il découvre.

Le cas échéant, le Secrétariat acheminera votre plainte aux dirigeants de l'organisme concerné et s'assurera qu'elle soit examinée et que vous obteniez une réponse.

De plus, en regroupant des plaintes et des commentaires comme les vôtres, il sera en mesure de proposer des améliorations pour en faire profiter le plus grand nombre de citoyens possible.

Pour faire connaître vos commentaires, communiquez avec :

▶ **Secrétariat aux relations avec les citoyens et citoyennes**
875, Grande-Allée Est
Édifice H, 2e étage
Québec (Québec)
G1R 4Y8
Tél. : (418) 643-2826

Si vous avez une plainte à formuler à l'égard d'un notaire ou d'un avocat...

L'Office des professions du Québec

Votre avocat et votre notaire sont soumis à un code d'éthique professionnelle. Il s'agit de règles de conduite qui sont fixées par le Barreau provincial ou la Chambre des notaires, et que les membres doivent respecter.

On y traite notamment des rapports d'un avocat ou d'un notaire avec sa clientèle:

- un avocat ou un notaire ne peut faire sa propre publicité;
- ils ne peuvent solliciter leurs clients.

Si un avocat ou un notaire viole le code d'éthique ou commet un acte dérogatoire à sa profession, il sera jugé par ses pairs qui ont le pouvoir de l'exclure du Barreau ou de la Chambre des notaires ou de lui imposer une amende.

Si vous estimez avoir été lésé par l'activité professionnelle d'un avocat ou d'un notaire, vous pouvez déposer une plainte auprès de:

▶ **Office des professions du Québec**

276, rue Saint-Jacques Ouest
Bureau 728
Montréal (Québec)
H2Y 1N3
Tél.: (514) 873-4057

930, chemin Sainte-Foy
Bureau 780
Québec (Québec)
G1S 2L4
Tél.: (418) 643-6912

Le Barreau du Québec

Cette corporation professionnelle regroupe les avocats du Québec. Elle est régie par la *Loi sur le Barreau* (L.R.Q., c. B-1) et soumise au contrôle de l'Office des professions. Pour pouvoir plaider pour un client devant un tribunal, un avocat doit être inscrit au tableau de l'Ordre des avocats qui constitue la liste officielle des membres en règle du Barreau.

▶ **Barreau du Québec**
1, rue Notre-Dame Est
Bureau 980
Montréal (Québec)
H2Y 1B6
Tél.: (514) 866-3901
Sans frais: 1-800-361-8495

La Chambre des notaires

La *Loi sur le notariat* (L.R.Q., c. N-2) réglemente la profession du notaire. En vertu de cette loi, l'ensemble des notaires du Québec constitue une corporation désignée sous le nom de « Corporation professionnelle des notaires du Québec » ou « Chambre des notaires du Québec », ou encore « Ordre des notaires du Québec ».

▶ **Chambre des notaires du Québec**
6?. oul. Dorchester Ouest
bureau 1700
Montréal (Québec)
H3B 1T6
Tél. : (514) 879-1793

Si vous avez des doutes sur la compétence de votre service de police...

La Commission de police du Québec

La Commission de police du Québec est un organisme gouvernemental qui a pour tâche de favoriser l'efficacité des services de police municipaux du Québec et de la Sûreté du Québec.

Si un groupe de citoyens doute de l'efficacité du service de police de sa municipalité et demande une enquête, c'est la Commission de police qui s'en chargera. Si un citoyen lui en fait la demande par écrit, elle peut faire enquête sur la Sûreté du Québec ou tout corps de police municipal ainsi que sur la conduite de tout membre de la Sûreté et de tout policier municipal. La personne doit toutefois indiquer des raisons suffisantes à l'appui de sa demande. La Commission peut aussi enquêter sur la conduite des constables spéciaux ou de toute autre personne qui agit au Québec en qualité d'agent de la paix.

Pour obtenir des renseignements supplémentaires ou pour déposer une plainte, communiquez avec :

▶ **Direction des relations publiques**
Commission de police du Québec
2050, boul. Saint-Cyrille Ouest
2e étage
Sainte-Foy (Québec)
G1V 2K8
Tél. : (418) 643-7897

Si on refuse de vous fournir une information détenue par les organismes publics ou si vous soupçonnez que des renseignements personnels ont été divulgués à votre sujet...

La Loi sur l'accès aux documents des organismes publics et sur la protection des renseignements personnels

Vous pouvez avoir accès aux documents des organismes publics, car la loi d'accès à l'information vous le garantit.

Vous devez avoir recours à la loi d'accès à l'information lorsque :

- vous croyez que les renseignements que vous désirez se trouvent dans les documents d'une institution publique et qu'ils ne sont pas publiés ;
- vous n'avez pu obtenir les renseignements au moyen d'une demande non officielle ;
- vous désirez exercer votre droit pour quelque raison que ce soit.

Plusieurs organismes sont soumis à cette loi. Ce sont :

- l'Assemblée nationale, la Chambre des Communes, le Sénat, les ministères et les organismes du gouvernement provincial et du gouvernement fédéral ;
- les organismes municipaux et scolaires ;
- les établissements de santé et de services sociaux.

Comme dans toute bonne loi, il y a des exceptions et des exclusions... Ces informations ne sont pas soumises à la loi:

- certains types de renseignements dont la divulgation pourrait causer un préjudice à quelqu'un ou serait contraire à la loi;
- de la documentation déjà mise à la diposition du public, celle qui est reliée directement au fonctionnement du Cabinet;
- des informations qui pourraient porter atteinte à la sécurité nationale.

Comment faire une demande?

Votre demande de renseignements peut être verbale ou écrite; vous n'aurez qu'à l'adresser au responsable de l'accès aux documents de l'organisme concerné.

Le responsable de l'accès aux documents aura 20 jours au gouvernement provincial et 30 jours au gouvernement fédéral pour répondre à votre demande. Il pourra alors vous permettre de consulter sur place les documents ou vous en transmettre une copie. Il pourra également vous refuser l'accès à certains renseignements, mais il devra alors vous indiquer sur quelle disposition de la loi il appuie son refus.

La loi sur la protection des renseignements personnels

Cette loi vous donne accès aux renseignements que détient un organisme public ou privé à votre sujet et elle vous protège en empêchant quiconque de les consulter. Ces organismes ne pourront plus recueillir des renseignements personnels permettant de vous identifier sans vous informer de l'usage qui en sera fait et des personnes qui seront autorisées à les utiliser. De plus, ces renseignements devront être versés dans un fichier bien identifié. Enfin, vous aurez droit de consulter les dossiers qui vous concernent et de demander de corriger les renseignements erronés qui peuvent y apparaître.

Comment faire une demande?

Si vous voulez avoir accès aux renseignements personnels qui vous concernent ou si vous désirez corriger des renseignements erronés, vous devez faire parvenir une demande écrite au responsable de la protection des renseignements personnels de l'organisme concerné.

Cette personne donnera suite à votre demande au plus tard dans les 20 jours qui suivront la date de réception de votre demande.

Pour des renseignements supplémentaires, adressez-vous à:

▶ **Commission d'accès à l'information**
900, place d'Youville
7e étage, bureau 720
Québec (Québec)
G1R 3P7
Tél.: (418) 643-5544

▶ **Ministère des Communications**
Direction des communications
1037, rue De La Chevrotière
Édifice G, rez-de-chaussée
Québec (Québec)
G1R 4Y7
Tél.: (418) 643-1529

▶ **Conseil du trésor du Canada**
Division des communications
Place Bell-Canada, 20e étage
160, rue Elgin
Ottawa (Ontario)
K1A 0R5
Tél.: (613) 995-6141

L'Office de la protection du consommateur

Si vous n'obtenez pas satisfaction auprès de la Commission d'accès à l'information du Québec, vous pouvez déposer une plainte auprès de l'Office de la protection du consommateur du gouvernement du Québec. Quant au gouvernement fédéral, il y a, en dernier recours, la Cour fédérale.

Pour information:

vous trouverez la liste des bureaux régionaux de l'Office de la protection du consommateur dans les pages précédentes

ou dans les pages bleues de votre annuaire téléphonique sous — Gouvernement du Québec, Office de la protection du consommateur;

ou communiquez avec Communication-Québec, dont la liste des bureaux se trouve à l'annexe I du *Guide*.

Si vous voulez défendre une cause commune...

Le recours collectif

Le recours collectif est une procédure qui permet à une personne de faire valoir devant les tribunaux ses propres droits ainsi que ceux d'un ensemble de personnes qui ont subi un même préjudice.

Le recours collectif: un pour tous, tous pour un! Si la cause est gagnée, tout le groupe bénéficie des mêmes avantages du jugement.

Le recours collectif pour faire 2-4-6-8-10... pierres d'un coup!

Toute personne ou corporation sans but lucratif qui veut faire valoir un droit peut exercer un recours collectif. Comme il n'y a qu'un procès, cela coûte moins cher à chacun.

Les démarches à suivre pour exercer un recours collectif:

- consultez un avocat pour qu'il analyse votre dossier et prépare une requête pour obtenir une autorisation;
- cette requête sera présentée au tribunal de la Cour supérieure;
- le juge examinera si:
  - votre action est vraisemblable et basée sur un minimum de fondements de droit;
  - la réclamation intéresse plusieurs personnes ayant subi le même tort;
  - la personne qui a pris l'initiative de l'action en recours collectif est en mesure d'assurer la représentation du groupe;

- si votre recours est accepté, le juge fera publier un avis dans les journaux, un message à la radio, etc., pour que toutes les personnes concernées par votre cause soient mises au courant; (lorsqu'une personne ne veut pas faire partie du groupe, elle doit en aviser le protonotaire de la Cour supérieure);
- le représentant du groupe peut intenter une action selon les mêmes procédures qu'une action ordinaire;
- si le représentant gagne le procès, il devra publier un avis pour informer les membres du groupe du jugement et de ce qu'ils doivent faire pour se prévaloir des avantages du jugement ou pour se conformer audit jugement.

Qui paie les frais?

Le représentant du groupe doit assumer les frais du procès. Toutefois, il peut bénéficier d'une aide financière que peut lui accorder le Fonds d'aide au recours collectif. Cette aide couvre les honoraires de l'avocat, les frais d'expertise, les avis dans les journaux, les frais de cour et toutes les autres dépenses nécessaires à l'exercice de votre recours.

Pour en savoir plus long...

Adressez-vous:

- au palais de justice de votre district judiciaire;
- au bureau d'aide juridique de votre région;
- aux bureaux régionaux de Communication-Québec;
- au greffe de la division des petites créances de la Cour provinciale de votre région;

▶ **Ministère de la Justice**
Direction des communications
1200, route de l'Église
Sainte-Foy (Québec)
G1V 4M1
Tél.: (418) 643-5140

▶ **Fonds d'aide au recours collectif**
1, rue Notre-Dame Est
Bureau 7.50
Montréal (Québec)
H2Y 1B6
Tél.: (514) 873-4904
(Les frais d'appel sont acceptés).

On s'occupe de vous...

Ces organismes qui vous défendent et vous représentent

L'Association internationale francophone des aînés (AIFA)

L'Association regroupe des organismes d'aînés qui oeuvrent au sein des communautés francophones dans le monde. Elle s'emploie à valoriser la personne âgée et à promouvoir son mieux-être. L'Association développe, chez les aînés, le souci de demeurer autonomes, actifs et présents dans toutes les instances où se prennent des décisions qui les concernent, et elle tente de sensibiliser l'ensemble de la population aux phénomènes du vieillissement et de la retraite. L'AIFA organise pour ses membres des voyages socioculturels, elle publie un bulletin d'information, elle prépare des expositions, etc.

Pour information, communiquez avec:

▶ **Secrétariat de l'AIFA**

1415, rue Jarry Est
Montréal (Québec)
H2E 2Z7
Tél.: (514) 374-4700,
postes 416-417

129, Côte de la Montagne
Québec (Québec)
G1K 4E6
Tél.: (418) 692-5177

L'Association québécoise de gérontologie

Fondée en 1978, l'Association québécoise de gérontologie regroupe les intervenants qui, par leur fonction, sont régulièrement en contact avec des personnes âgées ainsi que les spécialistes des disciplines dont les activités sont liées aux problèmes du vieillissement. Par le biais de comités de travail, l'Association tente, notamment, de favoriser la circulation de l'information et de provoquer des échanges entre personnes et groupes s'intéressant au vieillissement. Elle veille à la promotion de la qualité des services offerts aux

aînés et analyse les politiques et les législations gouvernementales relatives au phénomène du vieillissement. L'Association québécoise de gérontologie organise différents colloques thématiques, une assemblée générale annuelle et elle publie le bulletin *Le Gérontophile*.

▶ **Association québécoise de gérontologie**
2379, pavillon Bonenfant
Université Laval
Québec (Québec)
G1K 7P4
Tél. : 656-2852

L'Association québécoise pour la défense des droits des retraités et des préretraités (A.Q.D.R.)

L'Association travaille au respect de vos droits légitimes. Elle vise l'amélioration de vos conditions de vie: revenu, logement, services à domicile, transport, etc. L'A.Q.D.R. regroupe les aînés afin d'identifier les priorités et d'envisager les moyens d'action à entreprendre. Il y a plus de 40 sections locales au Québec. Le bureau provincial vous renseignera sur la section la plus près de chez vous.

Pour en savoir plus long:

▶ **Association québécoise pour la défense des droits des retraités et des préretraités (A.Q.D.R.)**

414, rue Christophe-Colomb Ouest
Québec (Québec)
G1K 2C3
Tél. : (418) 524-8744

1850, rue Bercy
Bureau 113 A
Montréal (Québec)
H2K 2V2
Tél. : (514) 526-3845
526-7151

Le Conseil consultatif national sur le troisième âge

Le Conseil examine vos droits et vos problèmes et recommande les mesures nécessaires pour corriger la situation. Il entretient des consultations avec les associations nationales, provinciales et locales qui s'intéressent à la question du vieillissement. Il publie des rapports et stimule le débat public sur le troisième âge.

Pour obtenir plus d'information, adressez-vous à:

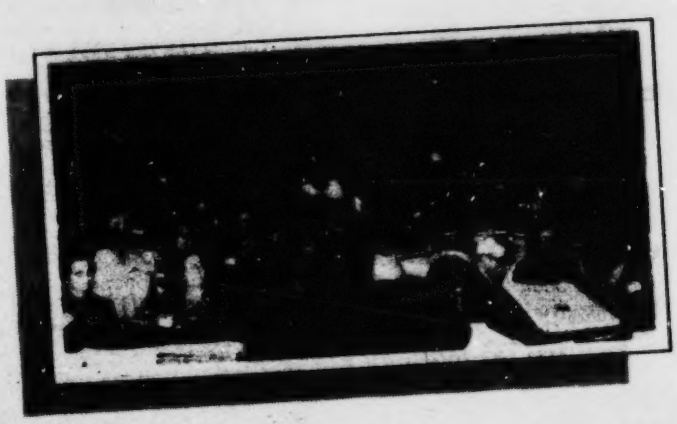
▶ **Conseil consultatif national sur le troisième âge**
Édifice Jeanne-Mance
Bureau 1264
Parc Tunney
Ottawa (Ontario)
K1A 0K9
Tél.: (613) 990-7628

La Fédération de l'âge d'or du Québec (FADOQ)

La FADOQ est le mouvement de personnes âgées le plus important. Il s'est développé à partir de la base, c'est-à-dire des clubs locaux de l'âge d'or. La Fédération regroupe environ 1000 clubs locaux déjà affiliés à 18 conseils régionaux. C'est un groupement d'environ 175 000 aînés.

La FADOQ aide les aînés:

- à se regrouper;
- à se réaliser;
- à se donner les moyens de conserver leur autonomie;
- à continuer d'assumer leurs responsabilités de citoyens à part entière dans la société.



La Fédération est responsable de l'orientation du mouvement et de la représentation de ses membres auprès des divers ordres de gouvernement, et les conseils régionaux fournissent les différents services: information, journées d'étude, visites et voyages organisés, congrès, promotion des sports, des loisirs, etc.

La Fédération publie un journal mensuel pour la défense des droits et des intérêts des personnes âgées. Il contient de nombreuses informations, entrevues et reportages concernant les préretraités et les retraités.

Pour obtenir de plus amples renseignements, communiquez avec:

▶ **Fédération de l'âge d'or du Québec**
1415, rue Jarry Est
Montréal (Québec)
H2E 2Z7
Tél.: (514) 374-4700, poste 416; ou

l'un de ses conseils régionaux:

▶ **Abitibi-Témiscamingue**
138, rue Murdoch
Noranda (Québec)
J9X 1E1
Tél.: (819) 762-5413

▶ **Centre du Québec**
C.P. 9
19, rue des Forges
Victoriaville (Québec)
G6P 6S4
Tél.: (819) 752-7876

▶ **Côte-Nord**
1539, boul. Blanche
Hauterive (Québec)
G5C 3A8
Tél.: (418) 589-7870

▶ **Est du Québec**
88, rue St-Germain Ouest
Rimouski (Québec)
G5L 4B5
Tél.: (418) 722-6066

▶ **Estrie**
75, rue Chartier
Sherbrooke (Québec)
J1J 3A9
Tél.: (819) 566-7748

▶ **Lanaudière**
323, rue Rivard
Joliette (Québec)
J6E 5Z9
Tél.: (514) 759-0660

▶ **Laurentides**
148, chemin Saint-Adolphe
C.P. 482
Morin-Heights (Québec)
J0R 1H0
Tél.: (514) 226-1313

▶ **Laval**
765, rue Roland-Forget
Laval (Québec)
H7E 4C1
Tél.: (514) 669-2626

▶ **Mauricie**
C.P. 1324 — parc Pie-XII
Trois-Rivières (Québec)
G9A 5L2
Tél.: (819) 374-5774

▶ **Montréal-Bourassa**
5960, rue Hochelaga
Montréal (Québec)
H1N 1X4
Tél.: (514) 252-0883
252-0886

▶ **Montréal-Concordia**
9517, rue Lajeunesse
Montréal (Québec)
H2M 1S7
Tél.: (514) 387-6221

▶ **Montréal — Lac-Saint-Louis**
1432, rue Poirier
Saint-Laurent (Québec)
H4L 1H3
Tél.: (514) 744-4909

▶ **Outaouais**
C.P. 1250, Succ. B
103, rue Montcalm
Hull (Québec)
J8X 3X7
Tél.: (819) 777-5774

▶ **Québec**
510, rue Saint-François Est
Québec (Québec)
G1K 2Z4
Tél.: (418) 529-6693

▶ **Richelieu-Yamaska**
1600, rue Girouard
Bureau 334
Saint-Hyacinthe (Québec)
J2S 2Z8
Tél.: (514) 774-8111

▶ **Rive-Sud métropolitaine**
106, rue Saint-Jacques
Saint-Jean (Québec)
J3B 2K1
Tél.: (514) 347-0910

▶ **Saguenay — Lac-Saint-Jean**
414, rue Collard Ouest
Alma (Québec)
G8B 1N2
Tél.: (418) 668-4541

▶ **Sud-Ouest québécois**
28, rue Saint-Paul
Valleyfield (Québec)
J6S 4A8
Tél.: (514) 371-3883
371-3887

ou le presbytère de votre paroisse pour connaître l'adresse du Club de l'âge d'or de votre quartier.

La Fédération des aînés du Québec (FAQ)

Par le biais de comités et de commissions, la Fédération des aînés du Québec tente d'améliorer vos conditions de vie en vous informant sur votre mieux-être personnel et collectif, sur les multiples lois, normes et règlements qui vous protègent. Elle vous initie aux différents programmes d'activités mis à votre disposition par les différents ordres de gouvernement et soutient vos efforts d'adaptation à la retraite. La Fédération collabore avec les organismes déjà en place afin de vous assurer un plein épanouissement personnel et communautaire, et elle défend vos droits. La Fédération organise des cours de préparation et d'adaptation à la retraite, en collaboration avec le ministère de l'Éducation.

Pour plus d'information, contactez:

▶ **Fédération des aînés du Québec**
5260, 3e Avenue Ouest
Charlesbourg (Québec)
G1H 6G7
Tél.: (418) 626-8171

Le Forum des citoyens âgés de Montréal

Le Forum est implanté dans la région de Montréal depuis 15 ans. Il s'agit d'une association de personnes de 50 ans et plus, sans distinction de langue, de race ou de religion, qui travaille à la défense de la qualité de vie des aînés. Le Forum dispense plusieurs services à ses membres: cours, causeries, animation, centre de documentation axé sur la gérontologie.

Pour obtenir des renseignements supplémentaires:

▶ **Forum des citoyens âgés de Montréal**
1800, boul. Dorchester Ouest
Bureau 416
Montréal (Québec)
H3H 2H2
Tél.: (514) 937-7401

Les publications qui concernent vos droits

Justice	Direction des communications Ministère de la Justice 1200, route de l'Église Sainte-Foy (Québec) G1V 4M1 Tél.: (418) 643-5140	Librairies et « tabagies » Abonnement: *Justice* 385, boul. Lebeau Saint-Laurent (Québec) H4N 1S2 Tél.: (514) 337-8361	1,50 $/chaque numéro 9,00 $/1 an 16,00 $/2 ans
Protégez-vous	Office de la protection du consommateur 5199, rue Sherbrooke Est Bureau 2580 Québec (Québec) H1T 3X1 Tél.: (514) 253-2131	Librairies et « tabagies » Abonnement: 385, boul. Lebeau Saint-Laurent (Québec) H4N 1S2 Tél.: (514) 337-8361	1,50 $/chaque numéro 9,00 $/1 an 16,00 $/2 ans 22,00 $/3 ans
Le gouvernement du Canada et le consommateur		Publications Canada C.P. 1986 Succursale B Ottawa (Ontario) K1P 6G6	Gratuit
Le Système judiciaire	Direction des communications Ministère de la Justice 1200, route de l'Église 2e étage Sainte-Foy (Québec) G1V 4M1 Tél.: (418) 643-5140 Montréal: (514) 873-6743	Ministère de la Justice	Gratuit

Le gouvernement du Canada et le troisième âge		Publications Canada C.P. 1986 Succursale B Ottawa (Ontario) K1P 6G6	Gratuit
Troisième Âge « Guide des ressources »		Fédération de l'âge d'or 1415, rue Jarry Est Montréal (Québec) H2E 2Z7 Tél.: (514) 374-4700, poste 416	1,50 $ par la poste Gratuit sur place
Le gouvernement du Canada à votre service		Publications Canada C.P. 1986 Ottawa (Ontario) G1P 6G6	Gratuit
Le Guide 83-84	Les Publications du Québec Ministère des Communications 1283, boul. Charest Ouest Québec (Québec) G1N 2C9 Tél.: (418) 643-5150	Librairies et « tabagies » Librairies de l'Éditeur officiel	4,95 $
Code civil	Wilson & Lafleur ltée 39, rue Notre-Dame Ouest Montréal (Québec) H2Y 1S5 Tél.: (514) 288-7153	Librairies de l'Éditeur officiel Wilson & Lafleur Librairies au Québec	27,00 $
Nouveau Droit de la famille	Direction des communications Ministère de la Justice 1200, route de l'Église Sainte-Foy (Québec) G1V 4M1 Tél.: (418) 643-5140 Montréal: (514) 873-6743	Ministère de la Justice	Gratuit

Le Dépôt volontaire	Direction des communications Ministère de la Justice 1200, route de l'Église Sainte-Foy (Québec) G1V 4M1 Tél.: (418) 643-5140 Montréal: (514) 873-6743	Ministère de la Justice	Gratuit
Le Citoyen face au code criminel	Direction des communications Ministère de la Justice 1200, route de l'Église Sainte-Foy (Québec) G1V 4M1 Tél.: (418) 643-5140 Montréal: (514) 873-6743	Ministère de la Justice	Gratuit
Le Consommateur canadien	Association des consommateurs du Canada 2660, Southvale Crescent Niveau 3 Ottawa (Ontario) K1B 5C4 Tél.: (613) 733-9450	« tabagies » Consommateur canadien 2660, Southvale Crescent Niveau 3 Ottawa (Ontario) K1B 5C4 Tél.: (613) 733-8450	2.00 $ chaque numéro 18.00 $ an
Guide des ressources généalogiques au Canada	Archives publiques du Canada 395, rue Wellington Ottawa (Ontario) K1A 0N3 Tél.: (613) 995-5138	Approvisionnements et Services Canada Place du Portage 11, rue Laurier Hull (Québec) K1A 0S5 Tél.: (819) 997-6363	Gratuit

Les Petites Créances	Direction des communications Ministère de la Justice 1200, route de l'Église Sainte-Foy (Québec) G1V 4M1 Tél. : (418) 643-5140 Montréal : (514) 873-6743	Ministère de la Justice	Gratuit
Revue-Auto	Association des consommateurs du Canada 2660, Southvale Crescent Niveau 3 Ottawa (Ontario) K1B 5C4 Tél. : (613) 733-9450	« tabagies » et librairies	2,00 $
Âge d'or/ Vie nouvelle	Fédération de l'âge d'or du Québec 1415, rue Jarry Est Montréal (Québec) H2E 2Z7 Tél. : (514) 374-4700 poste 416	Abonnement et dans certaines caisses populaires du Québec	L'abonnement est de 8,00 $ pour 12 mois.

CHOIX DE PUBLICATIONS

Titre	Prix
Loi sur la protection du consommateur	7,50 $
Charte des droits et libertés de la personne	2,75 $
[illegible]	2,75 $
[illegible]	[illegible]
[illegible]	1,75 $
[illegible]	2,00 $
[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]

[illegible]

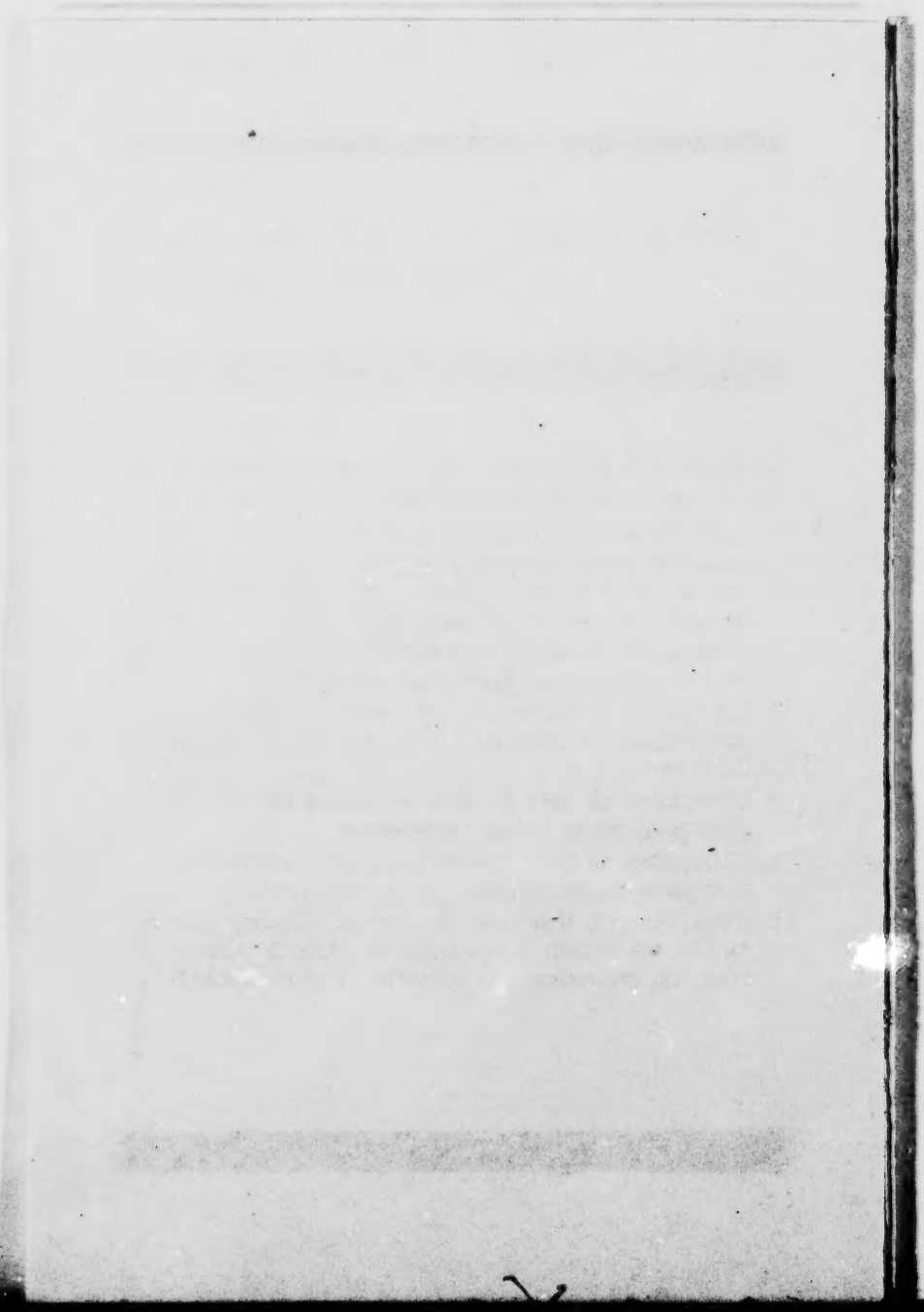
Charte des droits et obligations de la personne âgée

Quelles que soient son origine, sa couleur, ses croyances, la personne âgée a:

1. Le droit d'être utile
2. Le droit à un emploi conforme à sa compétence
3. Le droit d'être à l'abri du besoin
4. Le droit d'accès et de participation aux ressources communautaires récréatives, éducatives et médicales
5. Le droit à un logement convenable adapté aux besoins de son âge
6. Le droit de recevoir de sa famille un soutien moral et financier compatible avec les meilleurs intérêts de celle-ci
7. Le droit de vivre d'une façon indépendante et selon son choix
8. Le droit de vivre et de mourir dignement
9. Le droit d'accès à toute information susceptible d'améliorer sa qualité de vie.

La personne âgée se doit d'assumer les obligations suivantes au maximum de ses possibilités:

1. L'obligation de se préparer à être et à demeurer active et alerte, autonome et utile, aussi longtemps que sa santé et les circonstances le permettent tout en préparant sa vie de retraité
2. L'obligation d'avoir et de mettre en pratique de bons principes de santé physique et mentale
3. L'obligation de rechercher et même de susciter les occasions et les moyens d'être utile durant les années de la retraite
4. L'obligation de faire profiter les autres de ses connaissances et de son expérience
5. L'obligation de faire des efforts pour s'adapter aux changements occasionnés par le vieillissement
6. L'obligation de maintenir de bonnes relations avec la famille, les voisins et les amis, de façon à devenir, pour son entourage, un conseiller utile et respecté.



CHAPITRE

13

La spiritualité

Coup d'oeil sur le catholicisme **496**
Un peu d'histoire 496
Quelques chiffres 497
Quelques bonnes adresses... si vous désirez suivre un cours en théologie 498
Visiter un sanctuaire catholique, pourquoi pas ? 498
Quelques périodiques catholiques à consulter 500
Si vous avez des questions d'ordre spirituel 502
Coup d'oeil sur le protestantisme **504**
Un peu d'histoire 504
Quelques chiffres 506
Quelques bonnes adresses... si vous désirez connaître les services et les activités des Églises protestantes 507
Coup d'oeil sur le judaïsme **507**
Un peu d'histoire 507
Quelques chiffres 508
Quelques bonnes adresses... si vous désirez connaître les services et les activités judaïques 508
Coup d'oeil sur les chrétiens orientaux, dits orthodoxes **509**
Un peu d'histoire 509
Quelques chiffres 509
Une bonne adresse... si vous désirez connaître les services et les activités des Églises orthodoxes 509
Coup d'oeil sur l'islamisme **510**
Un peu d'histoire 510
Quelques chiffres 510
Quelques bonnes adresses... si vous désirez connaître les services et les activités musulmanes 511
Si vous n'avez pas trouvé la bonne adresse... **511**

Nous avons jugé bon de vous fournir certains renseignements concernant la vie spirituelle et religieuse. Il était en effet impossible de passer sous silence un aspect de l'activité humaine qui, pour un très grand nombre de personnes, revêt une importance primordiale.

L'information qui suit porte sur un certain nombre de religions, dont les enseignements sont suivis par beaucoup de nos aînés. On ne s'étonnera pas de constater que le nombre de pages consacrées au catholicisme dépasse celui qui est réservé aux autres religions. En effet, au Québec, bien que le catholicisme ne soit pas « religion d'État », il a, depuis plus de quatre siècles façonné nos valeurs spirituelles et culturelles et demeure majoritaire.

Si vous désirez vous renseigner sur toute religion, tout groupement ou cercle religieux ne figurant pas dans ce chapitre, vous aurez intérêt à consulter les organismes spécialisés que nous indiquons ou encore à poursuivre vos recherches dans des publications disponibles dans les bibliothèques publiques.

Coup d'oeil sur le catholicisme

Un peu d'histoire

Le catholicisme a été fondée au 1er siècle par Jésus de Nazareth. Ses disciples ont reconnu en lui le Messie (le Christ) et on les a appelés chrétiens.

Après Jésus, l'Église catholique a poursuivi son enseignement par les apôtres et s'est perpétuée jusqu'à nous par les successeurs de saint Pierre et des apôtres, le pape, les évêques et les prêtres.

Après les séparations, celle de l'Église byzantine, au XI[e] siècle, qui fit perdre au catholicisme une partie de l'Orient et celle de la Réforme protestante, au XVI[e] siècle, qui fit perdre une partie de l'Occident, le catholicisme s'est restreint en nombre. Mais il a développé des missions en Orient et en Afrique, qui ont compensé en partie ses pertes. De nos jours, le catholicisme est la religion qui compte le plus grand nombre d'adeptes.

Quelques chiffres[1]

Le catholicisme[2] à travers	— le monde:	750,000,000
	— le Canada:	11,402,605
	— le Québec:	5,618,365

1- Relevés de 1981
Sources: *Annuaire de la Conférence des évêques du Canada 1984*, et *Almanach populaire catholique 1984*.

2- Comprend l'Église catholique romaine, l'Église catholique ukrainienne et l'Église catholique nationale polonaise.

Quelques bonnes adresses... si vous désirez suivre un cours en théologie

Université Laval	Baccalauréat (durée de 3 ans) — en théologie — en catéchèse Diplôme (durée de 2 ans) — en théologie Certificat (durée d'un an) — en théologie — en sciences humaines de la religion	Secrétariat Faculté de théologie Université Laval Québec (Québec) G1K 7P4 Tél.: (418) 656-3576
Université du Québec à Trois-Rivières	Baccalauréat — en théologie Certificat — en sciences religieuses	Bureau du registraire Université du Québec à Trois-Rivières C.P. 500 G9A 5H7 Tél.: (819) 376-5454
Université du Québec à Chicoutimi	Baccalauréat — en théologie Certificat — « module sur le chantier » — en culture religieuse	Université du Québec à Chicoutimi Département des sciences religieuses Chitoutimi G7H 2B1 Tél.: (418) 545-5433
Université du Québec à Montréal	Baccalauréat — en sciences religieuses	Université du Québec à Montréal C.P. 8888 Succursale « A » Montréal (Québec) H3C 3P8 Tél.: (514) 282-7161

Visiter un sanctuaire catholique, pourquoi pas?

Voici quelques suggestions, faites votre choix.

▶ **Sanctuaire de Beauvoir**
R.R. 5
Sherbrooke (Québec)
J1H 5H3
Tél.: (819) 569-2535

▶ **Sanctuaire du Cap-de-la-Madeleine**
626, rue Notre-Dame
Cap-de-la-Madeleine (Québec)
G8T 4G9
Tél.: (819) 374-2441

▶ **Sanctuaire du Lac Bouchette**
Ermitage Saint-Antoine
Lac Bouchette (Québec)
G0W 1V0
Tél.: (418) 348-6534

▶ **Sanctuaire de la Réparation**
3650, rue de la Rousserière
Pointe-aux-Trembles (Québec)
H1A 2X9
Tél.: (514) 642-5391

▶ **Sanctuaire de Marie, Reine des Coeurs**
5875, rue Sherbrooke Est
(Angle Bossuet)
Montréal (Québec)
H1N 1B6
Tél.: (514) 254-5376

▶ **Sanctuaire du Montmartre canadien**
1679, chemin Saint-Louis
Québec (Québec)
G1S 1G5
Tél.: (418) 681-7357

▶ **Sanctuaire de l'Oratoire Saint-Joseph**
3800, chemin Reine-Marie
Montréal (Québec)
H3V 1H6
Tél.: (514) 733-8211

▶ **Sanctuaire de Notre-Dame-de-Lourdes**
20, rue Bourget
C.P. 158
Rigaud (Québec)
J0P 1P0
Tél.: (514) 451-4631

▶ **Chapelle Notre-Dame-de-Lourdes**
430, rue Sainte-Catherine Est
Montréal (Québec)
H2L 2C4
Tél.: (514) 842-4704

▶ **Chapelle Notre-Dame-de-Bonsecours**
400, rue Saint-Paul Est
Montréal (Québec)
H2Y 1H4
Tél.: (514) 845-9991

▶ **Sanctuaire de Sainte-Anne-de-Beaupré**
10018, av. Royale
Sainte-Anne-de-Beaupré
(Québec)
G0A 3C0
Tél.: (418) 827-3781

▶ **Sanctuaire de Notre-Dame-de-Lourdes**
250, boul. de la Providence
Lachute (Québec)
J8H 3X5
Tél.: (514) 562-3655

▶ **Tombeau de Mgr de Laval**
1, rue de la Fabrique
Québec (Québec)
G1R 3V6
Tél.: (418) 692-3931

▶ **Centre Catherine-de-Saint-Augustin**
Monastère des Augustines
32, rue Charlevoix
Québec (Québec)
G1R 3R9
Tél.: (418) 692-2492

▶ **Centre Kateri**
C.P. 70
Caughnawaga (Québec)
J0L 1B0

▶ **Centre Marie-de-l'Incarnati**
Monastère des Ursulines
C.P. 760
Québec (Québec)
Tél.: (418) 692-1569

▶ **Tombeau de Sainte-Marguerite-Bourgeoys**
2330, rue Sherbrooke Ouest
Montréal (Québec)
H3H 1G8
Tél.: (514) 931-5891

▶ **Tombeau de la Bienheureuse-M.-Rose-Durocher**
1420, boul. Mont-Royal
Montréal (Québec)
H2V 2J2

▶ **Centre Marguerite-d'Youville**
1185, rue Saint-Mathieu
Montréal (Québec)
H3H 2H6

Quelques périodiques catholiques à consulter

Almanach populaire catholique	6.25 $/an	C.P. 1000 Sainte-Anne-de-Beaupré (Québec) G0A 3C0 Tél.: (418) 827-4538
Apostolat (bimestriel)	5 $/an	460, 1re Rue Richelieu (Québec) J3L 4B5 Tél.: (514) 658-8761
Bonne Nouvelle (mensuel)	5 $/an	5730, boul. Pie-IX Montréal (Québec) H1X 2B9 Tél.: (514) 642-5391
Famille chrétienne (trimestriel)	2 $/an	C.P. 1000 Sainte-Anne-de-Beaupré (Québec) G0A 3C0 Tél.: (418) 827-4538

L'Appel du Sacré-Coeur (mensuel)	6 $/an	1679, chemin Saint-Louis Québec (Québec) G1S 1G5 Tél.: (418) 681-7357
La Revue franciscaine (bimestriel)	3 $/an	2080, rue Dorchester Ouest Montréal (Québec) H3H 1R6 Tél.: (514) 923-4134
L'Oratoire (bimensuel)	8 $/an	3800, chemin Reine-Marie Montréal (Québec) H3V 1H6 Tél.: (514) 733-8211
Mission des Franciscains (bimensuel)	2 $/an	2080, boul. Dorchester Ouest Montréal (Québec) H3H 1R6 Tél.: (514) 933-2370
Notre-Dame-du-Cap	4 $/an	270, rue Loranger Cap-de-la-Madeleine (Québec) G8T 3V4 Tél.: (819) 374-2441
Oecuménisme (trimestriel)	8 $/an 2,50 $ par numéro	2065, rue Sherbrooke Est Montréal (Québec) H3H 1G6 Tél.: (514) 937-9176
Pastorale Québec (bimensuel)	15 $/an	1073, boul. Saint-Cyrille Ouest Québec (Québec) G1S 4R5 Tél.: (418) 688-1211
Précurseur	3 $/an	100, place Juge Pont-Viau (Québec) H7G 1A4 Tél.: (514) 663-3698

Revue Notre-Dame (RND) (mensuel)	6 $/an	2215, rue Marie-Victorin Sillery (Québec) G1T 1J6 Tél.: (418) 681-3581
Sainte-Anne-de-Beaupré (mensuel)	6 $/an 11 $/2 ans 16 $/3 ans 25 $/5 ans 100 $ à vie	C.P. 100 Sainte-Anne-de-Beaupré (Québec) G0A 3C0 Tél.: (418) 827-4538
Selon sa parole (mensuel)	10 $/an	1045, av. Bégin Sillery (Québec) G1S 3J5 Tél.: (418) 681-6377
Vie liturgique (mensuel)	20 $/an	1073, boul. Saint-Cyrille Ouest Québec (Québec) G1S 4R5 Tél.: (418) 688-1211
Vie ouvrière (bimensuel)	15 $/an 28 $/2 ans	1212, rue Panet Montréal (Québec) H2L 2Y7 Tél.: (514) 523-5998

Pour plus d'information sur les différents périodiques catholiques canadiens contactez:

▶ **Association canadienne des périodiques catholiques** (ACPC)
C.P. 1000
Sainte-Anne-de-Beaupré
G0A 3C0
Tél.: (418) 827-4538

Si vous avez des questions d'ordre spirituel,

contactez:

- votre ministre du culte; ou
- le responsable de l'information de votre évêché:

▶ **Archevêché de Québec**
1073, boul. Saint-Cyrille Ouest
Québec (Québec)
G1S 4R5
Tél.: (418) 688-1211

▶ **Évêché de Trois-Rivières**
362, rue Bonaventure
Trois-Rivières (Québec)
G9A 5V9
Tél.: (819) 374-9847

▶ **Évêché de Chicoutimi**
602, rue Racine Est
C.P. 278
Chicoutimi (Québec)
G7H 5C3
Tél.: (418) 543-0783

▶ **Évêché d'Amos**
450, rue Principale Nord
Amos (Québec)
J9T 2M1
Tél.: (819) 732-6515

▶ **Évêché de Sainte-Anne**
1200, 4e Avenue
C.P. 430
La Pocatière (Québec)
G0R 1Z0
Tél.: (418) 856-1811

▶ **Archevêché de Rimouski**
34, rue de l'Évêché Ouest
C.P. 730
Rimouski (Québec)
G5L 7C7
Tél.: (418) 723-3320

▶ **Évêché de Gaspé**
C.P. 440
Gaspé (Québec)
G0C 1R0
Tél.: (418) 368-2274

▶ **Évêché de Hauterive**
639, rue de Bretagne
Hauterive (Québec)
G5C 1X8
Tél.: (418) 589-5744

▶ **Évêché de Labrador-Schefferville**
303, A.P. Low
C.P. 700
Schefferville (Québec)
G6G 2T0
Tél.: (418) 585-2470

▶ **Archevêché de Sherbrooke**
130, rue de la Cathédrale
C.P. 430
Sherbrooke (Québec)
J1H 5K1
Tél.: (819) 569-6070

▶ **Évêché de Saint-Hyacinthe**
1900, rue Girouard Ouest
C.P. 190
Saint-Hyacinthe (Québec)
J2S 7B4
Tél.: (514) 773-8581

▶ **Évêché de Nicolet**
49, rue Monseigneur-Bruneault
C.P. 820
Nicolet (Québec)
J0G 1E0
Tél.: (819) 293-4234

▶ **Archevêché de Montréal**
2000, rue Sherbrooke Ouest
Montréal (Québec)
H3H 1G4
Tél.: (514) 866-1661
(514) 931-7311

▶ **Évêché de Saint-Jean-de-Québec**
740, boul. Sainte-Foy
Longueuil (Québec)
J4K 4X8
Tél. : (514) 679-1100

▶ **Évêché de Joliette**
2, rue Saint-Charles-Borromée
C.P. 470
Joliette (Québec)
J6E 6H6
Tél. : (514) 753-7596

▶ **Évêché de Valleyfield**
31, rue de la Fabrique
C.P. 338
Valleyfield (Québec)
J6T 4G9
Tél. : (514) 373-8122

▶ **Évêché de Saint-Jérôme**
355, rue Saint-Georges
C.P. 580
Saint-Jérôme (Québec)
J7Z 5V3
Tél. : (514) 432-9741

▶ **Évêché de Mont-Laurier**
435, rue de la Madone
Mont-Laurier (Québec)
J9L 1S1
Tél. : (819) 623-5530

▶ **Évêché de Hull**
119, rue Carillon
Hull (Québec)
J8X 2P8
Tél. : (819) 771-8391

▶ **Évêché de Rouyn-Noranda**
515, rue Cuddihy
Rouyn (Québec)
J9X 4C5
Tél. : (819) 764-4660

▶ **Évêché de Pembroke**
188, Renfrew Street
Box 7
Pembroke (Ontario)
K8A 6X1
Tél. : (613) 732-3895

Coup d'oeil sur le protestantisme

Un peu d'histoire

Au XVI[e] siècle, la Réforme créa de nouvelles séparations au sein de l'unité chrétienne et donna naissance au protestantisme. Ce dernier constitue l'une des familles chrétiennes, à côté du catholicisme romain et du rite orthodoxe. Le protestantisme s'est ensuite divisé en de nombreuses Églises: anglicane, luthérienne, calviniste, presbytérienne et méthodiste.

L'Église anglicane est l'Église nationale de l'Angleterre. Elle prit naissance en 1534, sous le règne d'Henri VIII, à la

différence des autres Églises, dites protestantes, qui sont nées de la Réforme. L'Église anglicane est aussi appelée épiscopalienne, parce que ses prélats ont le titre et la fonction d'évêques.

Au fil des siècles, la tradition anglicane a pris trois orientations:

1- la « Low Church », où les influences protestantes sont les plus fortes et les plus persistantes;
2- la « High Church » ou ritualiste, qui est beaucoup plus près de l'Église catholique;
3- La « Broad Church » ou église libérale, qui veut concilier les deux tendances.

Au Canada, les Anglicans furent les premiers protestants à avoir des églises importantes au pays. Leur expansion s'est faite d'est en ouest: Halifax, Québec, Toronto, Rivière-Rouge, Colombie-Britannique. En 1890, l'Église anglicane canadienne est devenue indépendante de celle d'Angleterre.

Le luthéranisme est né de la Réforme avec Martin Luther, moine augustin allemand du XVI[e] siècle et réformateur protestant. Le luthéranisme comprend plusieurs sectes protestantes réunies, depuis 1817, sous le nom d'Église nationale évangélique et unie. Le luthéranisme a connu une très grande expansion dans les pays scandinaves. La très grande majorité de la population de ces pays appartient à l'Église luthérienne.

Ils sont arrivés au Canada, en provenance surtout d'Allemagne et des pays scandinaves. Il existe, depuis 1952, un Conseil luthérien, pour l'ensemble du pays.

Le calvinisme a été fondé par Jean Calvin, réformateur suisse, qui vécut à Genève. Les Calvinistes ont leur pays d'élection en Suisse. Ils ne sont pas très nombreux en Amérique du Nord.

Le presbytérianisme est né avec la Réforme de John Knox, au XVI[e] siècle; ce dernier prêcha en Angleterre, mais surtout

en Écosse. On les appelle presbytériens parce que leur Église est gouvernée par un système de représentants, composé d'anciens ou presbytes. Les Presbytériens du Canada furent à l'origine des Écossais. À partir de 1875, le presbytérianisme connut une très grande expansion dans l'Ouest canadien. Le groupe a été réduit des deux tiers, en 1925, quand se forma l'Église unie canadienne, résultant de l'union des Méthodistes, des Congrégationalistes et d'une partie des Presbytériens.

Le méthodisme fut créé en 1729 par John Wesley, un pasteur anglican. En Amérique, les Méthodistes ont des évêques. Cependant, en Europe, ils sont dirigés par des représentants, nommés par les conférences méthodistes respectives. En 1982, ils ont mis sur pied un Institut pour l'Évangélisation du monde, avec l'intention de fonder des séminaires, un peu partout. Au Canada, les Méthodistes sont à l'origine d'un mouvement d'union qui prit naissance en 1884. En 1925, les Méthodistes, les Congrégationalistes et les deux tiers des Presbytériens formèrent l'Église unie du Canada.

Quelques chiffres[1]

Le protestantisme à travers	— le monde:	370,000,000
	— le Canada:	9,914,580
	— le Québec:	407,075
L'Église anglicane à travers	— le Canada:	2,436,375
	— le Québec:	132,115
l'Église luthérienne à travers	— le Canada:	702,905
	— le Québec:	17,665
l'Église presbytérienne à travers	— le Canada:	812,110
	— le Québec:	34,625

1- Relevés de 1981
Sources: *Annuaire de la Conférence des évêques du Canada 1984, Almanach populaire catholique 1984.*

Quelques bonnes adresses... si vous désirez connaître les services et les activités des Églises protestantes

▶ **Église unie**
3480, boul. Décarie
Montréal (Québec)
H4A 3J5
Tél.: (514) 489-5703

▶ **Église anglicane du Canada**
Diocèse de Montréal
1444, av. Union
Montréal (Québec)
H3A 2B8
Tél.: (514) 845-6211

▶ **Conseil luthérien**
Church of the Redeemer
285, av. Clarke
Westmount (Québec)
H3Z 2E3
Tél.: (514) 932-4775

▶ **Fédération baptiste du Canada**
6215, côte Saint-Luc
Montréal (Québec)
H3X 2H3
Tél.: (514) 489-2110

▶ **Église presbytérienne du Canada**
Diocèse de Montréal
3495, rue University
Montréal (Québec)
H3A 2A8
Tél.: (514) 845-2566

Coup d'oeil sur le judaïsme

Un peu d'histoire

Le judaïsme est la religion de l'Ancien Testament et celle des Juifs contemporains. Ses origines remontent à Moïse, au XII[e] siècle avant J.-C. Le judaïsme s'est heurté à la violente hostilité de la Rome impériale, qui détruisit Jérusalem en 70 et, en 131, chassa les Juifs de la Terre sainte. Il fallut attendre 1948, soit près de 2000 ans, pour voir un État juif se fixer de nouveau en Palestine. Cependant, la majorité des adeptes du judaïsme reste encore dispersée à travers le monde.

Il existe trois grands courants dans le judaïsme:

1- les « *orthodoxes* » qui cherchent à observer intégralement et totalement la loi de Moïse et toute la tradition.
2- les « *libéraux* » qui veulent une réforme du judaïsme, qui dépasse la lettre de la Loi, pour mieux en vivre l'esprit.
3- les « *conservateurs* » ou « *traditionalistes* », qui cherchent une position mitoyenne entre les deux tendances. C'est cette tendance qui représente ordinairement le « *judaïsme officiel* » dans les différents pays.

Quelques chiffres[1]

Le judaïsme à travers	— le monde:	16,000,000
	— le Canada:	296,425
	— le Québec:	102,355

Quelques bonnes adresses... si vous désirez connaître les services et les activités judaïques

▶ **Services communautaires juifs** (A.J.C.S.)
5151, chemin de la Côte-Sainte-Catherine
Montréal (Québec)
H3W 1M6
Tél.: (514) 735-3541

▶ **Conseil canadien des chrétiens et des juifs**
1010, rue Sainte-Catherine Ouest
Bureau 900
Montréal (Québec)
H3B 3R7
Tél.: (514) 866-1929

▶ **Congrès juif canadien**
1590, av. Docteur-Penfield
Montréal (Québec)
H3G 1C5
Tél.: (514) 971-7531

1- Relevés de 1981
Sources: *Annuaire de la Conférence des évêques du Canada 1984*, et *Almanach populaire catholique 1984*.

Coup d'oeil sur les chrétiens orientaux, dits orthodoxes

Un peu d'histoire

La rupture définitive des **orthodoxes** avec l'Église de Rome remonte à 1054. C'est l'Église séparée qui est la plus largement répandue, à travers le monde, parmi les Églises orientales. Comme les catholiques de rite oriental, les orthodoxes ont une juridiction en dépendance des patriarcats. Les patriarches sont à la tête d'à peu près 15 églises. Il existe d'autres juridictions autonomes, selon la nationalité et la langue.

Quelques chiffres[1]

Les Églises orthodoxes[2] à travers	— le monde:	155,000,000
	— le Canada:	361,565
	— le Québec:	73,270

Une bonne adresse.. si vous désirez connaître les services et les activités des Églises orthodoxes.

▶ **Association du clergé orthodoxe oriental**
Église orthodoxe antiochienne
de Saint-Georges
574, rue Jean-Talon Est
Montréal (Québec)
H2R 1T8
Tél.: (514) 276-6533

1- Relevés: 1981
Sources: *Annuaire de la Conférence des évêques du Canada 1984*, et *Almanach populaire catholique 1984*.

2- La religion orthodoxe comprend la religion orthodoxe grecque ainsi qu'un certain nombre d'autres groupes orthodoxes identifiés dans leur pays comme orthodoxes d'Antioche, d'Arménie, de Roumanie, de Serbie, d'Ukraine et de Russie.

Coup d'oeil sur l'islamisme

Un peu d'histoire

Prêché par Mahomet au VI[e] siècle, l'Islam a été, dans l'histoire des religions, l'une des plus actives. Sa doctrine fut pronée en Asie et en Afrique et se répandit tout le long du littoral sud de la Méditerranée, franchit le détroit de Gibraltar, gagna l'Espagne et pénétra même en France après la mort de Mahomet (570-632). Près de mille ans plus tard, les flots de l'Islam vinrent déferler sur l'Europe centrale et battre les murs de Vienne. En se retirant, cette marée laissa d'innombrables îlots de communautés musulmanes, particulièrement dans les Balkans. De nos jours, on retrouve peu de musulmans en Amérique.

Il y a deux grandes tendances parmi les musulmans:

1- les sunnites (91 % de l'Islam) qui reconnaissent comme légitimes les quatre premiers Kalifes ou successeurs de Mahomet.

2- les chiites (8,5 % de l'Islam) pour qui seul le quatrième Kalife est légitime soit Ali, le gendre de Mahomet. Seul l'iman descendant de ce Kalife peut gouverner la communauté.

Quelques chiffres[1]

L'islamisme à travers

— le monde:	575,000,000
— le Canada:	98,165
— le Québec:	12,115

1- Relevés de 1981
Sources: *Annuaire de la Conférence des évêques du Canada 1984*, et *Almanach populaire catholique 1984*.

Quelques bonnes adresses... si vous désirez connaître les services et les activités musulmanes

▶ **Centre islamique**
2520, route Laval
Montréal (Québec)
H4L 3A1
Tél.: (514) 331-1770

▶ **Communauté musulmane du Québec**
7445, av. Chester
Montréal (Québec)
H4V 1M4
Tél.: (514) 484-2967

Si vous n'avez pas trouvé la bonne adresse...

C'est possible, puisqu'il existe, au Québec, un grand nombre d'Églises, de différentes religions. Il était impossible de toutes les mentionner dans ce chapitre. Toutefois...:

- consultez les pages jaunes de votre annuaire téléphonique, sous la rubrique « église », vous y trouverez la liste de toutes les Églises existantes au Québec; ou
- contactez le:

▶ **Centre canadien d'oecuménisme**
2065, rue Sherbrooke Ouest
Montréal (Québec)
H2H 1G6
Tél.: (514) 937-9176

qui est en mesure de vous fournir de l'information et de la documentation sur toutes les religions ou mouvements religieux du Québec.

Prière de la Sérénité

Mon Dieu
donnez-moi
la **Sérénité**
d'accepter les choses
que je ne peux pas changer
le **Courage**
de changer ce que je peux
et la **Sagesse**
de distinguer la différence
entre les deux.

Vos dernières volontés

Faire des heureux de son vivant, pourquoi pas? 516
Qu'est-ce qu'une donation? 516
Oui, je le veux 516
La donation indirecte 517
Est-ce que toute personne est autorisée à donner et... à recevoir? 517
Donner, c'est donner, mais... 518
Le fisc garde l'oeil ouvert 519
Une solution: former une fiducie 520
Faire son testament ne fait pas mourir 520
Le ou les heureux élus 521
Même en matière de testament, ce n'est pas le choix qui manque 521
Un testament olographe, beau, bon, pas cher! 522
Un testament dérivé de la loi d'Angleterre 524
Les témoins: un choix judicieux 524
Un testament notarié: dormez en paix, il est entre bonnes mains 526
Vos sentiments ont changé? Changez votre testament 530
Du contrat de mariage ou du testament: lequel aura le dernier mot? 533
Pour que les dernières volontés ou derniers caprices se réalisent... 534
Mais que peut-on inscrire dans un testament? 534
Le légataire universel 534
Le légataire à titre universel 535
Le légataire à titre particulier 535
Un legs: que votre volonté soit faite 536
Un legs peut-il être annulé? 536
Les modes de transmission des biens? 537
L'exécuteur testamentaire: une lourde tâche dans certains cas 537

À qui le p'tit coeur après la mort? 539
Ces formules qui sauvent des vies 539
Qu'arriverait-il si Mme Bellemare changeait d'idée? 540
Vaut mieux prévenir 540
Donner tout son corps 540
Où s'adresser? 541
Les procédures funéraires... Là aussi il y a des caprices 542
On n'est jamais mieux servi que par soi-même 542
Il n'y a pas que les classiques 542
L'incinération, l'inhumation, l'exposition, une question de prix ou de goût 544
Le règlement d'une succession n'est pas toujours chose facile 546
Par où commencer? 546
Faire constater le décès 546
Partez; on s'occupe du reste... 547
Mettre la main sur le testament le plus vite possible 548
L'exécuteur testamentaire 550
L'inventaire des biens... et des dettes 552
Le gel des biens et le permis de disposer 553
Ce que le Gouvernement vous doit... peut-être? 554
Accepter ou pas une succession: une question de sous 555
Transfert des biens aux héritiers... en vain 556
Le défunt avait omis de faire un testament... la loi y a pensé 556
« Être ou ne pas être », voilà la question 557
Le contrat de mariage... pour le meilleur et pour le pire 558
À l'unanimité, les héritiers ont dit: « NON » 560
Pour « comprendre » votre notaire 562
Aide-mémoire 564

Faire des heureux de son vivant, pourquoi pas?

Depuis quelques années, Mme Bellemare habite seule dans la grande maison familiale, une jolie demeure située en banlieue. Elle désire offrir cette résidence à son fils Jean. Naturellement, elle pourrait la lui léguer par testament, mais Jean « a sa petite famille » et Mme Bellemare aimerait que les membres de celle-ci en profitent dès maintenant. Elle a donc opté pour une donation.

Qu'est-ce qu'une donation?

Puisque Mme Bellemare désire transférer de son vivant, et gratuitement, la propriété de l'un de ses biens à son fils, elle peut procéder par donation.

« La donation entre vifs est un acte par lequel le donateur se dépouille à titre gratuit de la propriété d'une chose, en faveur du donataire dont l'acceptation est requise et rend le contrat parfait. Cette acceptation la rend irrévocable, sauf les cas prévus par la loi, ou une condition résolutoire valable. »

En principe, il est chose simple de donner ses biens, mais légalement on doit se soumettre à certaines exigences.

Oui, je le veux

Pour qu'une donation soit valide, les deux parties doivent l'accepter. Mme Bellemare désire donner la résidence familiale à son fils Jean, mais ce dernier doit être d'accord. Autre exigence de la loi: le contrat de donation doit être passé devant notaire et doit recevoir la signature des deux parties, Mme Bellemare et son fils Jean. Sans ces deux formalités, la donation est déclarée nulle.

Malgré tout, il ne faut pas en déduire que la loi est absurde. On doit avoir recours à un notaire chaque fois que l'on veut faire un don, mais il y a des limites. Si Mme Bellemare désire

offrir son mobilier de salon Louis XIV à son fils, il n'est pas nécessaire de faire notarier ce don.

La donation d'objets de la main à la main (don manuel) est prévue dans la loi et ne comporte qu'une seule formalité: la délivrance ou remise matérielle de l'objet donné avec intention libérale de la part du donateur. Évidemment,quand on parle de don manuel, on pense à des biens transférables physiquement, tels que des meubles, une peinture, et non à des immeubles ou des terrains. Cependant, il est préférable d'utiliser quand même les services d'un notaire lorsque les objets transférés par don manuel ont une grande valeur.

La donation indirecte

Mme Bellemare aurait pu vendre sa maison à son fils Jean pour la modique somme de 500 $, alors qu'elle en vaut 50 000 $. Cette vente serait une donation indirecte, puisque le prix stipulé serait nettement et volontairement inférieur à la valeur de la maison. Sans qu'ils soient soumis aux mêmes formalités, ces actes juridiques sont l'équivalent d'une donation. Les donations indirectes sont autorisées par la loi, mais il ne faut cependant pas oublier qu'elles sont imposables au même titre que les donations directes.

Est-ce que toute personne est autorisée à donner et... à recevoir?

Avant de donner un bien ou d'accepter un don, sachez:

- que toute personne atteinte d'un des troubles suivants: imbécillité, démence, fureur, ivrognerie d'habitude, narcomanie, prodigalité ne peut effectuer une donation;
- qu'une donation faite pendant la maladie réputée mortelle du donateur, suivie ou non de son décès, est déclarée nulle si aucune circonstance n'aide à la valider;
- si, à la suite d'une maladie, le donateur se rétablit et laisse le donataire en possession des biens donnés pendant un temps considérable, la donation devient alors valide;

- que pour recevoir une donation, il faut d'abord être conçu. Autrement dit, un donateur ne peut offrir un de ses biens à un enfant qui n'aurait pas encore été conçu au moment où il se défait de ses biens;
- que toutes les donations faites à un prêtre, à un ministre du culte, à un médecin ou à un avocat ne peuvent être annulées par présomption légale. Celui qui prétend que le donateur a été indûment influencé doit en faire la preuve.

Donateur: **personne qui fait une donation**
Donataire: **personne à qui une donation est faite**

Donner, c'est donner, mais...

Puisque Mme Bellemare a donné la maison à son fils Jean et que ce dernier l'a acceptée, la pleine propriété de la maison passe à Jean. Cependant, parce que la donation est un acte gratuit, la loi prévoit que le tribunal peut annuler cet acte s'il y a ingratitude de la part du donataire, en l'occurrence Jean.

Il peut y avoir révocation par ingratitude:

- si Jean a attenté à la vie de sa mère;
- si Jean s'est rendu coupable envers sa mère de sévices, de délits majeurs ou d'injures graves;
- s'il refuse des aliments à Mme Bellemare, c'est-à-dire si Jean refuse de verser une pension alimentaire à sa mère.

Dans de telles éventualités, Mme Bellemare peut faire révoquer la donation par le tribunal dans un délai d'un an ou dans l'année où elle a pris connaissance de ce délit. D'autre part, Mme Bellemare peut stipuler un droit de retour dans la donation. Il s'agit d'une clause en vertu de laquelle le bien donné, notamment la maison, retournera à Mme Bellemare si le décès de son fils Jean survient avant le sien.

Enfin, Mme Bellemare peut faire révoquer sa donation si son fils n'exécute pas les charges qu'il s'engageait à assumer en acceptant la donation. Par exemple, si Mme Bellemare avait demandé à Jean de lui verser 500 $ pour prendre possession de la maison. Cette obligation est dérisoire par rapport à la valeur de celle-ci; il s'agit donc d'une donation. Si son fils ne s'acquitte pas de l'obligation qu'impliquait la donation, Mme Bellemare peut demander au tribunal d'annuler la donation.

Le fisc garde l'oeil ouvert

Mme Bellemare aurait grandement tort de croire que, lorsque l'on transmet gratuitement des biens qui nous appartiennent, cela ne regarde pas l'État. Bien que le gouvernement fédéral ait supprimé, depuis 1972, l'impôt sur les donations, le gouvernement provincial conserve sa compétence en la matière.

Donnez et vous recevrez... Ce proverbe ne précise pas ce que l'on recevra. Dans le cas d'une donation, Mme Bellemare est susceptible de payer des impôts. Assurément, on ne peut donner impunément: Mme Bellemare et non son fils demeure la seule responsable du paiement de l'impôt. Mais, heureusement, elle bénéficie d'exemptions et de déductions.

Mme Bellemare devra payer de l'impôt sur sa donation si elle a excédé les montants permis. Chaque année, on peut, sans être taxé, faire cinq donations de 5 000 $ chacune à des personnes différentes (pour un total de 25 000 $ par an). Également, on peut faire des dons à son conjoint, sans être imposé. Si Mme Bellemare dépasse ces montants dans le cadre d'une année, elle se verra obligée de payer en impôts entre 15 et 35 % de la somme qu'elle aura donnée. Par ailleurs, tel qu'expliqué dans le chapitre intitulé « Vos impôts », les dons de charité et les dons aux gouvernements fédéral et provinciaux sont complètement exonérés d'impôts.

Une solution : former une fiducie

Former une fiducie : voilà une autre solution qui s'offre à Mme Bellemare. Le fiduciaire, en prenant à sa charge l'administration de l'argent et des biens de Mme Bellemare, permettra à la famille de recevoir, conformément à la volonté de celle-ci, des revenus et éventuellement une part du capital, et ce, sans se préoccuper de détails matériels et techniques. Cependant, l'utilisation de la fiducie pose des problèmes juridiques et fiscaux qui sont du ressort d'un notaire ou d'un avocat. Ceux-ci seront en mesure d'expliquer à Mme Bellemare les avantages de cette institution.

Pour plus d'information, communiquez avec :

▶ **Chambre des notaires du Québec**
630, boul. Dorchester Ouest
Bureau 1700
Montréal (Québec)
H3B 1T6
Tél. : (514) 879-1793

Faire son testament ne fait pas mourir

Il n'est pas nécessaire d'être à l'article de la mort pour rédiger son testament, au contraire ! Que les superstitieux ne craignent rien : faire un testament ne fait pas mourir.

Mme Bellemare rayonne de santé, n'est âgée que de 64 ans et, pourtant, a décidé de dicter ses dernières volontés. Toute personne, ou presque, peut faire son testament ; il lui suffit de remplir les trois conditions suivantes :

1. avoir plus de 18 ans ;
2. être saine d'esprit au moment de faire son testament, peu importe qu'elle perde la raison plus tard ;
3. faire son testament en toute liberté, sans que personne n'exerce sur elle de pressions ou de menaces.

- Si une des conditions n'est pas respectée, le testament est nul et ne sera pas applicable.

Le ou les heureux élus

Mme Bellemare a toute liberté de donner ses biens à qui elle veut (parents, amis, église, etc.). Elle peut les léguer intégralement à la même personne ou les partager entre plusieurs. Tout ce que Mme Bellemare n'aura pas donné par testament reviendra à ses héritiers légaux, c'est-à-dire à ceux que la loi détermine quand une personne n'a pas fait de testament. De plus, il est important que Mme Bellemare précise dans son testament à qui elle veut donner « le reste » de ses biens, car elle peut avoir oublié quelque chose, ou tout simplement se procurer un bien après avoir rédigé son testament.

Les caprices, d'accord, mais il ne faudrait pas exagérer

Mme Bellemare peut donner un ou plusieurs biens sous conditions, mais « trop c'est trop ». Il y a toujours des testateurs qui se permettent de jouer de mauvais tours à leurs héritiers. Les uns le font avec humour noir, les autres avec une rancune immortelle... Si le testament de Mme Bellemare contient des dispositions cocasses ou contraires aux bonnes moeurs et à l'ordre public, ses héritiers pourront les faire annuler par le tribunal. Ils ne pourront cependant pas, de leur propre autorité, ignorer ses dernières volontés. Un testament doit toujours être respecté, même si l'inattendu fait partie de l'héritage!

Même en matière de testament, ce n'est pas le choix qui manque

Il existe une façon très simple de faire un testament. Celle que l'on désigne sous le nom de « testament olographe ». Dans ce cas, Mme Bellemare n'a besoin que d'un morceau de papier et un stylo. Il n'est pas nécessaire d'avoir recours aux services d'un notaire, ni d'avoir de témoins. Ce testament doit être écrit de la main propre. On ne peut pas se servir d'une machine à écrire ni d'une formule préparée à l'avance.

Cependant, même si cette forme de testament est plus souple que les autres, elle exige que deux conditions soient remplies. La première, l'indication de la date, car si Mme Bellemare a fait des testaments antérieurs, il faut pouvoir établir lequel est le dernier. Ce détail est loin d'être négligeable puisque, juridiquement, le dernier testament annule toutes les dispositions qui s'avèrent incompatibles avec celles qui sont inscrites dans les versions précédentes. Par conséquent, la date est un élément important lorsqu'on rédige un testament olographe.

La deuxième condition nécessaire est la signature de Mme Bellemare. Cette signature doit être placée à la toute fin du document. Elle ne doit rien ajouter au bas de sa signature, à moins de signer de nouveau en dessous.

Un testament olographe, beau, bon, pas cher!

Les avantages du testament olographe sont évidents. Il est simple, ne coûte rien et personne d'autre que le testateur ne connaît son contenu puisqu'aucun témoin n'est requis. Mais, « c'est une lame à deux tranchants » puisqu'il n'y a que le testateur qui connaît l'existence de son testament; ce dernier doit donc s'assurer que ses héritiers le trouveront le jour de son décès. L'idéal est d'indiquer son emplacement à une personne fiable, ou de le confier à un notaire qui se chargera de le faire inscrire au registre de la Chambre des notaires. Cette procédure occasionne certains frais, mais le fait que le notaire sache que le document existe et qu'il l'ait mis en sûreté assure que les volontés seront respectées.

Il existe un désavantage au testament olographe: si le testateur désire faire un testament complexe, il est privé des conseils judicieux d'un notaire ou d'un avocat. Il est à noter que le tribunal devra vérifier le testament olographe avant d'appliquer les volontés qui y sont incluses; c'est l'exécuteur testamentaire qui devra faire cette démarche.

Un testament olographe

Ceci est mon testament

Moi, Jean Jacques
domicilié au 1111, rue de la Forêt-au-Bois-Dormant
à Montréal,

Je lègue, à ma fille Sylvie, ma maison sise 1111, rue
de la Forêt-au-Bois-Dormant à Montréal,

Si Sylvie meurt avant moi je veux que ma maison
aille à mon frère Sylvestre,

Je lègue tous mes autres biens à mon fils Jean,

Je veux que mon corps soit inhumé dans un cimetière
catholique,

J'annule tout testament antérieur

Écrit en entier
le 31 Sep

Jean Jacques

Un testament dérivé de la loi d'Angleterre

Mme Bellemare peut favoriser le type de testament suivant la forme « dérivée de la loi d'Angleterre ». Ne vous fiez pas aux apparences, car, malgré son appellation, il s'agit tout simplement d'un testament similaire au testament olographe, sauf qu'il requiert la présence de deux témoins.

Pour être valable, ce testament doit être:

- écrit à la main, à la machine ou être sur une formule préparée d'avance;
- signé à la fin par le testateur de son nom complet, de ses initiales ou de sa marque habituelle (Ex.: O, X);
- signé par deux témoins qui doivent, devant le testateur, reconnaître sa signature ou sa marque. Ils signent ensuite le testament.

Il n'est pas obligatoire que Mme Bellemare rédige elle-même son testament. Une autre personne peut apposer sa signature à la fin du testament si elle le fait d'après les instructions de Mme Bellemare et en sa présence. Les deux témoins servent d'assistants. Ce qui importe, c'est que Mme Bellemare reconnaisse son testament en la présence simultanée des deux témoins. Il est utile que ces derniers y ajoutent leur adresse pour qu'on puisse les rejoindre au besoin.

Les témoins: un choix judicieux

Dans le cas d'un testament suivant la forme dérivée de la loi d'Angleterre, le choix des témoins est fondamental. Ces derniers doivent être majeurs et ne doivent pas être conjoints. Attention! Il faut éviter de prendre comme témoins des personnes qui recevront un avantage en vertu du testament. Si une telle erreur se produit, elle n'invalidera pas tout le testament, mais elle annulera la disposition testamentaire avantageant ce ou ces témoins. Si Mme Bellemare désire faire un legs à son fils Jean, elle doit donc éviter de le choisir comme témoin puisque ce dernier ne pourrait recevoir son héritage.

Au même titre que le testament olographe, le testament suivant la forme dérivée de la loi d'Angleterre doit être soumis à la formalité de vérification destinée à rendre public le testament qui est déposé dans les archives de la Cour supérieure.

Voici un exemple de testament établi selon la forme dérivée de la loi d'Angleterre :

Testament d'Élise Bellemare

1. *Ceci est mon testament révoquant tout autre testament fait antérieurement.*
2. *Je veux que mon corps soit inhumé dans un cimetière catholique.*
3. *Je déshérite mon fils, Jean, qui est un fieffé paresseux.*
4. *Je laisse tous mes biens à ma fille, Sylvie.*
5. *Si Sylvie meurt avant moi, je veux que tous mes biens aillent à mon frère, Sylvestre.*
6. *Tous mes biens ainsi légués seront insaisissables.*

En foi de quoi, j'ai signé à Québec, ce 29e jour de juin 1984.

Élise Bellemare

Signé par Élise Bellemare et reconnu par elle comme son testament en la présence simultanée des témoins soussignés, lesquels, à sa demande, ont alors signé à leur tour en présence d'Élise Bellemare et l'un de l'autre.

Charlemagne Magnus
2222, rue des Sapins
Saint-Bruno (Québec)

Xavier Valmont
123, rue Pie-V
Québec (Québec)

Un testament notarié : dormez en paix, il est entre bonnes mains

Le testament notarié constitue la forme de testament la plus sûre. Il certifie à Mme Bellemare que l'on retrouvera son testament à son décès. Ce document n'a pas, comme les autres formes, à subir la vérification judiciaire ; d'ailleurs, il est beaucoup plus difficile de l'attaquer en justice puisqu'il est authentique.

Le testament notarié nécessite la présence de deux notaires ou d'un notaire et de deux témoins. Les règles qui s'appliquent au testament suivant la forme dérivée de la loi d'Angleterre concernant les témoins sont aussi valables pour la forme notariée. Le testateur donne ses instructions au notaire de vive voix, et ce dernier rédige ensuite le testament en minutes. Mme Bellemare est assurée que son testament ne se perdra pas, puisqu'il est conservé chez le notaire ; de plus il apparaîtra au registre central des testaments, et elle pourra en obtenir autant de copies qu'elle le désire. Naturellement, lors de la rédaction d'un testament notarié, le testateur doit assumer les frais du notaire.

Testament notarié.

Testament d'Élise Bellemare
L'an mil neuf cent quatre-vingt-quatre, ce septième jour de septembre, devant Me Charles Le Second, notaire, à Montréal, comparaissent

Charles Lemay, demeurant au 3333, rue Robert, à Montréal,

Alphonsine Morin, demeurant au 2222, rue Saint-Paul, à Montréal, tous deux témoins idoines
— et —
Élise Bellemare, demeurant au 1111, rue de la Belle-au-Bois-Dormant, à Montréal, laquelle fait son testament dans les termes suivants :

Article 1. Je révoque tous mes testaments et codicilles antérieurs;

Article 2. Je déclare être mariée en premières noces à Joseph Sainte-Adèle sous le régime de la séparation de biens, suivant contrat de mariage, signé devant le notaire André Tremblay le 23 mai 1956;

Article 3. Je lègue tous mes biens, meubles et immeubles que je laisserai à mon décès, sans exception, en fiducie, à mes fiduciaires ci-après nommés, à savoir ma fille Sylvie et mon fils Jean, et les charge tous deux de voir à l'éxécution de mes dernières volontés;

Article 4. Durant toute la vie de mon fils Jean et ma fille Sylvie, mes fiduciaires partageront les revenus nets et mes biens entre eux. Au décès du dernier d'entre eux, tous mes biens seront à mon dit petit-fils Christophe;

Article 5. Mes fiduciaires auront la saisine de tous mes biens meubles et immeubles à titre de dépositaires et resteront en fonction au-delà de l'an et jour prévus par la loi, jusqu'à complète exécution de mes dernières volontés. Ils agiront en toutes choses sans autorisation judiciaire et sans le consentement ou la participation de mes légataires, y compris le paiement des dettes et des legs;
Mes fiduciaires pourront vendre,

échanger, hypothéquer ou autrement aliéner mes biens meubles ou immeubles, aux conditions et pour toutes considérations qu'ils jugeront convenables; recevoir toutes considérations et donner quittance, faire tous les placements qu'ils jugeront à propos, sans exception aucune, donner quittance, mainlevée, priorité ou radiaton de privilèges ou hypothèques créés avant ou après mon décès; emprunter, et à cette fin, engager ou hypothéquer mes dits biens, compromettre, transiger, donner tout immeuble de ma succession en paiement d'une dette due à la succession; procéder eux-mêmes à l'évaluation des biens, à la formation des lots et à tout partage, sans autorisation judiciaire;

Article 6. Mes fiduciaires devront faire aux bénéficiaires un rapport annuel de leur administration;

Article 7. Jusqu'au partage définitif de mes biens, aucun de mes bénéficiaires ne pourra engager ses droits dans ma succession, ni les aliéner, pour quelque cause que ce soit; tous les biens ci-dessus légués, tant en revenus qu'en capital, seront de plus insaisissables entre les mains de mes fiduciaires pour quelque cause que ce soit, à moins que mes fiduciaires ou mes bénéficiaires consentent à l'effet contraire;

Article 8. La part attribuée à chacun de mes bénéficiaires ainsi que tout revenu en provenant, et les biens acquis en remplacement lui seront propres, quel que soit le régime sous lequel il puisse être marié, et lui seront versés sur son simple reçu personnel;

Article 9. Tous droits successoraux, taxes d'héritage ou autres impositions de même nature, y compris toutes impositions sur le produit de toutes polices d'assurance-vie, de tout bénéfice de fonds de pension, de même que toute donation entre vifs, devront être acquittés à même la masse des biens de ma succession, sans recours contre aucun légataire, donataire ou bénéficiaire.

DONT ACTE FAIT ET PASSÉ à Montréal
sous le numéro 67890 des minutes dudit notaire.

LECTURE FAITE, par le notaire au testateur, en présence des témoins, et le testateur, le notaire et les témoins ont signé les uns en présence des autres.

Élise Bellemare

Charles Lemay

Alphonsine Morin

Charles Le Second, notaire

Vos sentiments ont changé ? Changez votre testament

Un testament, quelle qu'en soit la forme, n'est jamais irrévocable. On peut toujours changer d'avis quant à ses dernières volontés et, par conséquent, modifier son testament. C'est là un principe fondamental qu'à leur détriment plusieurs personnes ignorent. En théorie, un individu est libre de faire un testament différent chaque jour de sa vie, s'il le veut.

Comment procéder ?

Par un testament postérieur ou codicille

Un codicille est une sorte de petit testament destiné à modifier, compléter ou révoquer un testament antérieur. Il n'est pas nécessairement fait sous la même forme que le premier. Ainsi, si Mme Bellemare a fait un premier testament devant notaire, par lequel elle lègue à son fils Jean tous ses biens meubles et à sa fille Sylvie tous ses biens immeubles, plus tard, mais évidemment avant son décès, elle fait un codicille sous la forme olographe dans lequel elle donne à Jean l'un de ses immeubles situé rue Saint-Amable à Québec. Ce codicille modifie le contenu du testament antérieur uniquement sur un point sans révoquer complètement le testament.

De la même façon, Mme Bellemare peut faire un nouveau testament qui révoque tous ses testaments antérieurs, et dans lequel elle précise ses nouvelles volontés. Elle peut également faire un codicille qui révoque tous ses codicilles antérieurs, qui avaient été rédigés en vue de modifier son testament initial.

Il est à noter que le testament ou le codicille modifiant un premier testament doit respecter les conditions de la forme sous laquelle il est fait. Si le codicille est fait sous forme olographe, il doit remplir les conditions essentielles à la validité d'un testament olographe.

Par un acte notarié ou sous seing privé

Mme Bellemare peut, par un simple acte notarié ou un simple bout de papier signé, révoquer un testament. Il ne s'agit pas d'un testament qui en révoque un autre. Il s'agit d'un simple écrit exprimant un changement de volonté. Cet écrit, notarié ou non, n'est donc pas soumis aux conditions de forme des testaments.

En se départissant du bien légué

Mme Bellemare peut révoquer un legs sans même avoir besoin de le dire à tout un chacun. Cela devient évident du fait de ses actes. Par exemple, si elle lègue ses deux immeubles d'un valeur de 85 000 $ à Sylvie. À son décès, il se trouve que Mme Bellemare a vendu lesdits immeubles, ainsi Sylvie n'a plus droit aux deux immeubles légués par sa mère, puisqu'elle ne les possédait plus à son décès. Mme Bellemare a donc révoqué ce legs sans même avoir eu besoin de le dire à qui que ce soit.

En détruisant ou en raturant son testament

Il ne peut s'agir évidemment que des testaments olographes ou sous forme dérivée de la loi d'Angleterre, puisqu'il est quasi impossible au testateur d'avoir en main l'original du testament notarié. Mais il faut faire bien attention: ce n'est pas parce qu'un testament comporte des barres ou des traits en travers de son écriture que l'on doit nécessairement dire qu'il est révoqué. Il faut que le testateur en ait vraiment eu l'intention. Cela devient donc une question de preuve. Le testament peut également être révoqué s'il est détruit par accident ou perdu, et que ce fait est connu du testateur.

Pour des informations supplémentaires concernant les testaments, communiquez avec le:

▶ **Registre central des testaments**
Chambre des notaires du Québec
630, boul. Dorchester Ouest
Bureau 1700
Montréal (Québec)
H3B 1T6
Tél.: (514) 879-1793

ou

▶ **Registre des testaments du Barreau du Québec**
Palais de Justice
1, rue Notre-Dame Est
Bureau 9.80
Montréal (Québec)
H2Y 1B6
Tél.: (514) 866-3901
Sans frais: 1-800-361-8495

Du contrat de mariage ou du testament: lequel aura le dernier mot?

La plupart des contrats de mariage contiennent une « clause testamentaire ». Il s'agit d'une formule simplifiée au maximum qui est habituellement la suivante: « Au dernier vivant les biens. » Le futur époux et la future épouse se désignent ainsi héritiers l'un de l'autre. Celui qui survivra recevra l'ensemble des biens qui appartenait à son conjoint décédé.

En principe, les dons faits dans les contrats de mariage ne peuvent être annulés, à moins qu'il ne soit mentionné dans le contrat des circonstances où ces dons pourront être abolis. Ainsi, c'est le contrat de mariage qui détermine si les dons qui sont faits peuvent être supprimés par un testament.

Il apparaît de première importance de vérifier si la clause testamentaire que l'on retrouve dans le contrat de mariage permet de faire un testament. On voyait souvent dans le passé (surtout avant 1950) des dispositions testamentaires « irrévocables » c'est-à-dire que l'on ne peut ni modifier ni remplacer.

Par ailleurs, si les clauses incluses au contrat de mariage permettent de faire un testament, ce dernier aura pour effet d'annuler et de remplacer certaines dispositions testamentaires incluses dans le contrat de mariage. Toutefois, toutes les autres volontés exprimées dans le contrat seront respectées et continueront de s'appliquer. Il est évident que ce nouveau testament, sans jeu de mots, ne changera en rien votre régime matrimonial (séparation de biens, société d'acquêts).

Pour que les dernières volontés ou derniers caprices se réalisent...

Un testament est sans aucun doute l'acte le plus important à rédiger, notamment lorsqu'on pense aux conséquences que ce « bout de papier » entraînera.

Mais que peut-on inscrire dans un testament?

Tout est permis, sauf ce qui est interdit! En principe, rédiger un testament signifie le choix d'un ou de plusieurs légataires et la mention du ou des legs qui leur revient.

Légataire: le nom donné à la personne qui reçoit des biens par testament.

Legs: biens que reçoivent le ou les légataires.

Mme Bellemare, en rédigeant son testament, désignera son ou ses légataires. On retrouve trois catégories de légataires, établies selon le mode de partage. En effet, il n'y a pas qu'une seule façon de disposer de ses biens.

Le légataire universel

Si Mme Bellemare désigne son fils Jean comme légataire universel, cela signifie que ce dernier a une « vocation » à tous les biens du patrimoine de sa mère. Cela ne signifie pas qu'il héritera de tous les biens. Le mot « vocation » veut dire qu'il est possible qu'il hérite. Supposons qu'à son décès, Mme Bellemare lègue deux immeubles à sa fille Sylvie et le reste de ses biens à son légataire universel, qui est son fils Jean. Advenant le prédécès de Sylvie, Jean héritera des deux immeubles en plus du reste, donc, de toute la succession. Il peut y avoir plusieurs légataires universels à une succession.

Le légataire à titre universel

Le légataire à titre universel a vocation (a droit) à une partie des biens du testateur, comme la moitié ou le tiers, ou les biens meubles ou immeubles. Par exemple, Mme Bellemare transmet son automobile et son bateau à son fils Jean. Ce sont des biens meubles. Tous ses autres biens meubles vont à Sylvie, qu'elle nomme légataire à titre universel à ces biens. Sylvie a une « vocation » à tous les biens meubles, advenant la renonciation de Jean à ces biens ou son prédécès.

Le légataire à titre particulier

Ce légataire hérite d'un ou de plusieurs biens, mais chacun d'eux est désigné dans le testament. Ainsi, Mme Bellemare peut léguer à Sylvie sa maison et son automobile. Le reste de ses biens revient à son fils, Jean. Sylvie n'a droit qu'à ces deux biens et à rien d'autre. Elle n'a aucune « vocation » sur les autres biens.

Évidemment, Mme Bellemare, comme la plupart des personnes qui font un testament, ne connaît pas le sens de ce vocabulaire spécialisé. Il n'est pas nécessaire que le texte du testament désigne spécifiquement une personne comme « légataire universel ». Par exemple, Mme Bellemare peut rédiger son testament sans utiliser ce langage juridique, toutefois à la lecture du testament, le juriste sera capable de transposer les termes de Mme Bellemare. Il n'en demeure pas moins que la distinction entre les catégories de légataire a une importance pratique considérable. En effet, seuls les légataires universels et à titre universel sont considérés comme les « continuateurs » de la personne juridique du défunt: ce sont eux qui sont tenus de payer les legs particuliers aux légataires à titre particulier et... de régler les dettes du défunt.

Un legs : que votre volonté soit faite

Nul doute, un testament constitue réellement le recueil des dernières volontés. Saviez-vous qu'on peut faire réaliser n'importe quoi, ou presque, aux légataires s'ils désirent bénéficier du bien légué.

Mme Bellemare a tous les droits ; ce sont ses biens après tout ! Elle peut, si elle le désire, faire un legs à terme, sous condition ou à charge. Un legs à terme est celui qui est exigible à une date fixe après le décès du testateur. Si Mme Bellemare lègue 10 000 $ à sa fille, Sylvie, et stipule que ce legs n'aura effet que dix ans après son décès, Sylvie, qui est âgée de 30 ans au décès de sa mère, devra attendre ses 40 ans pour bénéficier de cette somme.

Le legs peut être conditionnel, c'est-à-dire que Mme Bellemare peut léguer un bien en exigeant que le légataire remplisse certaines conditions pour le recevoir. Il faut tenter de respecter ces conditions, à moins qu'elles ne soient illicites ou absurbes. Ainsi on ne tiendrait pas compte de la condition de Mme Bellemare si elle mentionnait quelque chose du genre : « Je lègue tous mes biens à Jean, à condition qu'il touche le ciel du doigt ». Par contre, si elle lègue sa cave à vin à Sylvie et stipule que cette dernière devra donner dix bouteilles par an au curé de la paroisse, pendant vingt ans, Sylvie devra s'y résigner ou renoncer à la cave à vin. Il s'agit là d'un legs à charge, puisqu'il comporte une obligation de faire ou ne pas faire quelque chose.

Un legs peut-il être annulé ?

Un legs devient automatiquement nul si :

- la personne à qui il est fait meurt avant celle qui a fait le testament ;
- la personne à qui il est fait le refuse ou est « incapable » de le recevoir ;
- la personne à qui il est fait meurt avant que la condition soit remplie ;

- le bien légué par testament est détruit du vivant de la personne qui a fait le testament.

Dans ces circonstances, s'il y a un légataire universel ou à titre universel qui a « vocation » à ce bien, c'est celui-ci qui le recueille. C'est là l'avantage d'en prévoir un. Ou encore, Mme Bellemare peut avoir prévu une autre solution, entrevoyant la possibilité du prédécès ou du refus. Si aucune de ces solutions ne s'applique, on a recours à la succession *ab intestat* pour régler le transfert de ce bien.

Les modes de transmission des biens

En faisant son testament, Mme Bellemare aura à choisir une procédure de transmission de ses biens. Outre la pleine propriété, cette dernière pourra choisir la fiducie, expliquée au début du chapitre, la substitution ou l'usufruit.

La substitution est un autre procédé permettant d'arriver aux mêmes fins que la fiducie. Mme Bellemare pourrait la représenter par cette formule: « Je lègue tous mes biens à mes enfants. Mais à leur décès, mes biens iront à mes petits-enfants. » Quant à l'usufruit, c'est le droit de jouir des biens dont un autre a la propriété, et ce, comme le propriétaire lui-même, mais à charge de conserver la substance de ces choses. Mme Bellemare pourrait écrire: « Je laisse mon immeuble à logement à mes enfants, mais mon frère en aura l'usufruit sa vie durant. » Cela signifierait que le frère pourrait bénéficier des loyers et autres revenus de l'immeuble pendant toute sa vie. Ce serait lui, cependant, qui paierait les taxes foncières et serait tenu de défrayer le coût d'entretien.

L'exécuteur testamentaire: une lourde tâche dans certains cas

Qui sera chargé d'exécuter les dernières volontés de Mme Bellemare? Elle peut confier la tâche à un exécuteur testamentaire (ou à plusieurs) qu'elle désignera dans son testament, peu importe la forme de ce dernier. Sinon, il sera

impossible d'en nommer un après le décès de Mme Bellemare. Dans ces circonstances, le légataire universel ou l'héritier devra assumer cette fonction.

Il n'est pas indispensable d'avoir un exécuteur testamentaire. On peut toujours s'en passer. Cependant, celui-ci s'avère très utile. Il n'existe pas toujours une personne dévouée pour s'occuper des funérailles, pour faire vérifier le testament non authentique, etc.

Pour toute information concernant l'art de faire et le pourquoi d'un testament, communiquez avec:

▶ **Service des successions**
Ministère du Revenu du Québec
3800, rue Marly
Sainte-Foy (Québec)
G1X 4A5
Tél.: (418) 659-6819

À qui le p'tit coeur après la mort?

Coeur, poumons, reins, hormones de la glande hypophyse, tympans, osselets de l'oreille moyenne, cornée de l'oeil sont autant de parties du corps qui peuvent être données au décès. Dans le but de sauver des vies et de venir en aide à la médecine, Mme Bellemare désire faire don de ses yeux à son décès. Cependant, certaines dispositions s'imposent pour que cette volonté soit respectée, notamment, écrire sa volonté.

Le testament figure parmi les documents où Mme Bellemare peut mentionner sa volonté de faire don de ses organes. Toutefois, les délais inévitables entre la mort et la prise de connaissance du testament sont souvent trop longs, la plupart des organes devant être prélevés dans les 24 heures ou même 6 heures suivant le décès, cela pour des raisons évidentes de conservation; il est donc préférable de compléter une formule prévue à cette fin.

Ces formules qui sauvent des vies

Cette formule peut être tout simplement la partie détachable du permis de conduire. Remplie et signée, elle garantit aux organismes collectionneurs, ainsi qu'au personnel médical, que Mme Bellemare désirait faire don de ses yeux. À défaut de permis de conduire, Mme Bellemare peut utiliser une des formules standards émises par des organismes telles La Banque d'yeux et la Fondation des maladies du rein ou tout autre papier exprimant *par écrit* sa volonté. Il est primordial que cette formule ou ce papier soit retrouvé dans un court délai lors du décès; il est donc préférable de le conserver avec ses pièces d'identité. Toutefois, il serait prudent *d'aviser un proche parent* de sa décision, car si la carte est égarée au moment du décès, il ne reste plus rien pour témoigner de la volonté de Mme Bellemare. Prévenir son entourage immédiat peut éviter certaines complications avec la famille. Lors du décès, la réaction émotive à la nouvelle qu'on prélèvera, selon sa volonté, certains organes

peut être pénible pour la famille. Par contre, au sens strict de la loi, la famille n'a aucun droit de regard sur la disposition du corps lorsque le défunt a laissé des directives *écrites*. Toutefois, en glisser quelques mots pourrait éviter de mauvaises surprises.

Qu'arriverait-il si Mme Bellemare changeait d'idée ?

Toutes les démarches effectuées par Mme Bellemare pour léguer ses organes ne l'engagent pas définitivement. Ni le permis de conduire, ni l'une ou l'autre des formules prévues n'équivaut à un enregistrement, quel qu'il soit. Elle est la seule à détenir la preuve de sa volonté. Si elle change d'avis, elle la détruit sans autre formalité. C'est rassurant, n'est-ce pas ?

Vaut mieux prévenir

Si, pour quelque raison que ce soit, une personne refuse de léguer ses organes, il faut également qu'elle le fasse savoir à ses proches. Parce que la loi dit qu'à défaut de directive, on peut prélever un organe avec l'accord du conjoint ou du plus proche parent.

Donner tout son corps

Si Mme Bellemare veut faire don de ses yeux, d'autres personnes peuvent vouloir donner leur corps en entier. Il faut pour cela remplir une carte spéciale délivrée par le ministère des Affaires sociales. Le corps servira alors à l'enseignement de l'anatomie dans l'une des quatre universités québécoises où l'on forme les médecins, dentistes, physiothérapeutes, ergothérapeutes et professionnels en activité physique. Il s'agit d'une décision généreuse et fort utile à l'avancement des sciences. Il faut cependant ne pas oublier le choc qu'une telle décision pourrait provoquer sur les parents immédiats. Il convient donc de la peser mûrement et d'agir en conséquence.

Où s'adresser?

Pour faire don de ses yeux:

à Québec et pour tout l'Est du Québec:

▶ **Banque d'yeux nationale**
Service d'ophtalmologie
Centre hospitalier de l'Université Laval
2705, boul. Laurier Est
Québec (Québec)
G1V 4G2
Tél.: (418) 656-8266

à Montréal et pour tout l'ouest de la province:

▶ **Banque d'yeux du Québec**
Service d'ophtalmologie
Hôpital Maisonneuve-Rosemont
Pavillon Rosemont
3689, boul. Rosemont
Montréal (Québec)
H1T 2H1
Tél.: (514) 931-7228

ou

à l'hôpital de votre localité, au service d'ophtalmologie.

Pour faire don des tympans:

▶ **Hôtel-Dieu de Québec**
Service d'orthorhinologie
11, côte du Palais
Québec (Québec)
G1R 2J6
Tél.: (418) 694-5490 ou
(418) 692-4230

Pour faire don de ses reins:

▶ **La Fondation canadienne des maladies du rein**
809, rue des Voiliers
Québec (Québec)
G1K 8G8
Tél.: (418) 524-3018

Pour faire don de son corps:

▶ **Ministère des Affaires sociales**
Service d'anatomie
1075, chemin Sainte-Foy
10e étage
Québec (Québec)
G1S 2M1
Tél.: (418) 643-6400

Les procédures funéraires... Là aussi il y a des caprices

On n'est jamais mieux servi que par soi-même

Dans le domaine des procédures funéraires comme dans tout autre secteur, certaines personnes ont des exigences bien particulières. Dans ces circonstances, « on n'est jamais mieux servi que par soi-même » et il est possible d'inscrire dans son testament ou sur un simple bout de papier le sort de sa dépouille... Si le sujet ne vous intéresse nullement soyez sans crainte; on s'en reportera à l'usage et on songera plutôt, sans tristesse, à cette pensée de Jean-Paul Sartre: « La mort, c'est un attrape-nigaud pour les familles; pour le défunt, tout continue. »

Il n'y a pas que les classiques

Certaines personnes aimeraient que leurs cendres soient jetés à la mer; d'autres préfèrent que leur dépouille soit exposée dans leur propre salon plutôt que dans un salon funéraire public; d'autres enfin, anciens marins, souhaitent être ensevelis dans les profondeurs des océans, drapés dans

les couleurs de leur pays; certaines personnes ne veulent pas être embaumées ou exposées; d'autres désirent être incinérées plutôt qu'inhumées.

Cependant, certaines règles doivent être appliquées:

- un enterrement doit être fait dans un cimetière reconnu;
- les cendres provenant d'une incinération doivent etre enterrées dans un cimetière ou déposées dans une boîte ou une urne de métal identifiée au nom du défunt et conservées dans un columbarium, à moins que le défunt ait manifesté, par écrit, le désir qu'il en soit autrement;
- le moment précis de l'inhumation ou de l'incinération n'est pas laissé à la discrétion du défunt. Elles ne peuvent se faire avant l'expiration d'un délai de 12 heures au moins, à compter du décès;
- l'embaumement n'est pas obligatoire. Il est nécessaire si l'on désire une exposition de plus de 24 heures et si celle-ci commence plus de 18 heures après le décès.

Maintenant, à vous de choisir...

L'incinération, l'inhumation, l'exposition, une question de prix ou de goût

Le choix entre l'incinération et l'inhumation (enterrement) peut être établi en fonction des goûts d'une personne, mais aussi en fonction du prix. Dans ces circonstances, nous avons tendance à penser que rien n'est trop beau pour le disparu, peut-être. Mais, avant de faire un choix, vaut mieux être informé et savoir où se termine la nécessité et où débute le luxe, car il existe, comme dans tous les domaines, de nombreux suppléments qui peuvent faire gonfler la facture.

À prime abord, le coût de l'incinération est moindre, puisque certaines procédures peuvent être évitées. Ainsi, selon les limites prescrites, on pourrait ne pas embaumer et se contenter d'une exposition de quelques heures, soit 24 heures maximum, si celle-ci commence moins de 18 heures après le décès, ce qui réduit considérablement les frais.

L'exposition entraîne des coûts pour le cercueil et le salon funéraire, et sachez qu'il y en a pour tous les goûts et surtout... tous les budgets. Quel que soit le prix, on peut se demander si un cercueil est nécessaire avant une incinération. Des solutions de rechange? Certaines maisons offrent la location d'un cercueil ou d'un catafalque (estrade décorative qui permet l'exposition du corps).

L'achat d'une urne dans laquelle les cendres seront déposées est aussi à considérer. Les prix varient beaucoup, informez-vous. Souvent, l'urne en plastique est comprise dans le prix de l'incinération. Les cendres sont généralement déposées dans un columbarium (endroit où sont conservées les urnes contenant les cendres des défunts) ou inhumées dans un cimetière, à moins que des indications contraires aient été exprimées, par écrit, par le défunt.

Vous choisissez le columbarium? Attention aux attrape-nigauds! Naturellement, la personne ou l'entreprise qui a la responsabilité de ce lieu ne peut jamais se départir des cendres et doit tenir un registre permettant l'identification des urnes. Ces dernières sont conservées dans des espaces fermés appelés niches, c'est là qu'il faut être prudent...

Certains critères font que le prix d'une urne peut doubler, tripler, quadrupler et même quintupler par rapport à une autre. Voici quelques-uns de ces critères qui font augmenter le prix:

- le nombre d'urnes que la niche peut contenir;
- les niches peuvent être fermées ou vitrées, ces dernières coûtant plus cher;
- l'endroit où celle-ci est située dans le columbarium. Le prix d'un emplacement dans le bas sera inférieur à celui situé au milieu, un emplacement situé près d'un vitrail augmente le prix;
- les emplacements exposés au regard des visiteurs éventuels sont plus coûteux.

Il faut comprendre que les entreprises de pompes funèbres (les « thanatologues », selon un néologisme savoureux) constituent des commerces comme les autres et qu'elles n'ont pas été conçues dans un but non lucratif. Elles fournissent un service utile, dont la clientèle (les familles) a besoin. Le tout est de savoir doser ces besoins; tout comme vous pouvez vous procurer une automobile à la mécanique un peu plus raffinée, utilitaire, ou une voiture dont le prix de vente, quatre ou cinq fois supérieur à la première, ne se justifie guère que par l'emblème qu'elle arbore sur le capot. Il existe toute une tradition entre le cercueil en épinette et celui en acajou massif, aux poignées de bronze.

Un célèbre « thanatologue » avait, dit-on, l'habitude de dire: « partez.. nous ferons le reste... ». Ne vous y fiez pas trop. Mieux vaut y voir avant le « grand voyage ».

Le règlement d'une succession n'est pas toujours chose facile

Nous sommes tous susceptibles, un jour ou l'autre, d'être mêlés, de près ou de loin, au règlement d'une succession. Souvent pris au dépourvu, il convient de savoir se tirer d'affaire dans ce genre de situation.

Par où commencer?

Le règlement d'une succession est en somme l'opération qui permet de procéder concrètement à la transmission des biens, valeurs et obligations d'un défunt à ses héritiers ou légataires. La succession est ouverte dès l'instant du décès, au domicile du défunt. Ce lieu d'ouverture est très important puisque toute action en justice concernant la succession doit se faire dans le district du domicile du défunt.

Faire constater le décès

Tout décès doit être constaté par un médecin. Il doit remplir le certificat de décès qui constitue un document légal de grande importance. Vous devez être en mesure de fournir certains renseignements sur le défunt:

- le nom au complet;
- le lieu de naissance;
- la date de naissance;
- son occupation;
- son lieu de résidence;
- depuis quand il demeurait à cet endroit;
- le nom de son conjoint survivant, s'il y a lieu;
- le nom et le lieu de naissance de son père;
- le nom de jeune fille et le lieu de naissance de sa mère;
- la date et le lieu d'inhumation.

Le certificat est nécessaire pour recevoir les bénéfices procurés par l'assurance-vie. De plus, un certificat complet, en

bonne et due forme, éliminera les délais et la confusion.

Vous choisissez l'inhumation au cimetière? Souvenez-vous de ce proverbe danois: « Celui qui n'ouvre pas les yeux quand il achète doit ouvrir la bourse quand il paie », ou encore, plus près de nous, de ce proverbe normand: « Un oeil pour vendre. Deux pour acheter! »

Lorsqu'il y a inhumation dans un cimetière, on doit payer pour la mise en terre. Mais ce qui peut faire augmenter les frais, c'est le type de lot utilisé. Il existe plusieurs options:

- le lot de famille;
- le lot communautaire;
- le lot pour plusieurs personnes;
- un emplacement sans monument, on utilise des plaques de bronze qui sont placées sur le sol;
- les fosses communes où il n'y a aucune identification. Seul le nom du défunt est inscrit dans les registres du cimetière;
- on a aussi prévu les lieux fleuris, style jardin de rose, qui sont nettement plus onéreux.

Soyez philosophe: pour le défunt, ça revient au même...

Partez; on s'occupe du reste...

Une fois de plus, rappelons que le rôle que va jouer le directeur funéraire lors d'un décès est en fonction des directives qu'il a reçues. Il peut s'occuper des moindres détails allant de la parution des avis de décès dans les journaux au contact par téléphone ou par télégramme des parents éloignés et des amis, aux procédures nécessaires pour la cérémonie religieuse, etc. Mais tous ces services ont une influence directe sur le montant de la facture. Si vous ne voulez pas vous ruiner « à mort », surveillez vos intérêts.

Pour obtenir des renseignements supplémentaires concernant les services offerts par ces maisons, communiquez avec:

▶ **Corporation des thanatologues du Québec**
945, rue Paradis
Roberval (Québec)
G8H 2J9
Tél.: (418) 275-4875

ou une coopérative funéraire. Vous trouverez la liste des coopératives dans votre annuaire téléphonique. Celles-ci offrent de bons services à meilleur prix.

Mettre la main sur le testament le plus vite possible

La recherche du testament doit être la première préoccupation, notamment pour savoir si le défunt avait prévu un don d'organes (par testament ou dans son permis de conduire) et dont le prélèvement est à faire immédiatement, ou pour savoir si le défunt avait indiqué des dispositions particulières relatives aux procédures funéraires.

Pour retracer un testament notarié, vous devez vous adresser à votre notaire ou au Registre des testaments de la Chambre des notaires. Dans le cas d'un testament olographe ou sous la forme dérivée de la loi d'Angleterre, il peut être plus difficile à repérer s'il n'a pas été déposé chez un notaire pour faire procéder à son inscription au Registre. Si vous croyez que le défunt a laissé ce genre de testament, vous devrez effectuer une fouille minutieuse de ses affaires personnelles ou communiquer avec les proches parents et amis, ou encore vérifier s'il n'aurait pas été placé dans un coffret de sûreté. Si aucun testament n'est repéré, la loi déterminera elle-même les héritiers.

Par la suite, l'exécuteur testamentaire devra procéder à la vérification du testament, à moins que ce ne soit un testament notarié. Dans ce cas, la vérification n'est pas requise. L'exécuteur devra s'adresser au protonaire de la Cour supérieure du district où la personne décédée était domiciliée. Il pourra ainsi obtenir au besoin des copies officielles du testament. Les documents à joindre à la demande de vérification du testament sont les suivants:

- le testament original;
- une copie du certificat de décès ou un extrait du registre de sépulture ou de crémation;
- une déclaration assermentée (ou affidavit) par une personne compétente témoignant de l'authenticité de l'écriture et de la signature du défunt.

Quelques adresses:

Cour supérieure

Pour connaître l'adresse ou le numéro de téléphone du bureau de la Cour supérieure de votre district judiciaire, veuillez communiquer avec le bureau régional le plus près.

En voici la liste:

▶ **Baie Comeau**
71, rue Mance
G4Z 1N2
Tél.: (418) 296-5534

▶ **Chicoutimi**
202, rue Jacques-Cartier Est
G7H 5C5
Tél.: (418) 543-4411

▶ **Hull**
17, rue Laurier
J8X 4C1
Tél.: (613) 771-3296

▶ **Joliette**
450, rue Saint-Louis
J6E 2Y9
Tél.: (514) 756-0544

▶ **Montréal**
1, rue Notre-Dame Est
H2Y 1B6
Tél.: (819) 873-3737

▶ **Québec**
300, boul. Jean-Lesage
G1K 8K6
Tél.: (418) 644-4485

▶ **Rimouski**
183, rue de la Cathédrale
C.P. 800
G5L 7C9
Tél.: (418) 722-3531

▶ **Rouyn**
2, av. du Palais
J9X 2N9
Tél.: (819) 764-6709

▶ **Sherbrooke**
191, rue du Palais
Bureau 101
J1H 4R1
Tél.: (819) 562-4784

▶ **Trois-Rivières**
250, rue Laviolette
G9A 1T9
Tél. : (819) 375-9668

▶ **Valleyfield**
180, rue Salaberry
J6T 2J2
Tél. : (514) 373-3244

Si vous devez utiliser l'interurbain pour communiquer avec l'un de ces bureaux, vous pouvez le faire en composant le « 0 » et en demandant : ZÉNITH COMMUNICATION QUÉBEC. On vous mettra en contact avec eux.

Recherche d'un testament

▶ **Registre central des testaments**
La Chambre des notaires du Québec
630, boul. Dorchester Ouest
Bureau 1700
Montréal (Québec)
H3B 1T6
Tél. : (514) 879-1793

▶ **Registre des testaments Barreau du Québec**
Palais de justice
1, rue Notre-Dame Est
Bureau 9.80
Montréal (Québec)
H2Y 1B6
Tél. : (514) 866-3901

L'exécuteur testamentaire

À la lecture du testament, vous avez eu la grande surprise d'apprendre que le défunt vous avait désigné exécuteur testamentaire. Quelles sont les implications de cette fonction ?

Comme son appellation l'indique, l'exécuteur testamentaire doit veiller à l'exécution du testament. Plus encore, il doit s'assurer que la succession du défunt soit bien réalisée, c'est-à-dire qu'il lui faut assurer la continuité de la personne en réalisant la transmission des biens.

Voici une liste partielle des documents qu'il vous faudra réunir pour procéder au règlement de la succession : certificat de décès, copie du testament (vérifiée si nécessaire), certificat de naissance, contrat et certificat de mariage, polices d'assurance, comptes bancaires, certificats de dépôt garanti, cartes de crédit, déclarations d'impôts des dernières années.

Par la suite, vous devrez:

- dresser un inventaire du contenu des coffrets de sûreté du défunt, y compris ceux du conjoint survivant, s'il y a lieu;
- obtenir les détails concernant le salaire et les honoraires à recevoir ainsi que les prestations du Régime des rentes;
- inventorier les effets personnels, les biens immeubles et les valeurs mobilières;
- établir le passif de la succession: hypothèques, emprunts, taxes et impôts, comptes payables, etc.;
- analyser les placements, s'il y a lieu;
- réaliser rapidement les actifs à court terme et investir les liquidités;
- ouvrir un compte dans une institution financière au nom de la succession pour recevoir les montants dus et acquitter les dettes;
- préparer les dernières déclarations de revenus du défunt;
- rédiger la déclaration relative aux droits successoraux;
- payer les divers impôts et obtenir les permis de disposer.

Si le partage de la succession est fixé à une date ultérieure, au décès du conjoint survivant par exemple, vous devrez assumer votre rôle d'administrateur de la succession tant et aussi longtemps que ce sera nécessaire. Et vous devrez rendre compte aux héritiers au terme de votre mandat.

Mais attention! Vous pouvez refuser la charge d'exécuteur testamentaire. Mais, dès que vous acceptez, vous ne pouvez plus y renoncer sans l'autorisation d'un juge.

Qu'arrive-t-il de la succession si vous refusez?

Si vous renoncez au titre d'exécuteur testamentaire, cette responsabilité reviendra à la charge de l'héritier ou du légataire qui recueille la succession. S'il y a plusieurs héritiers ou légataires, ces derniers pourront se réunir en présence d'un notaire et désigner l'un d'entre eux comme mandataire de tous pour le règlement de la succession.

L'inventaire des biens... et des dettes

Le point le plus important du règlement d'une succession est sans aucun doute l'inventaire des biens et des dettes (évidemment). Il faut s'assurer de connaître avec précision la nature et la valeur de tous les biens sur lesquels le défunt avait des droits, de même que les obligations auxquelles il était tenu pour être en mesure d'en dresser un bilan. La rapidité et l'efficacité avec lesquelles l'inventaire sera établi évitera la disparation de biens, évaluera l'actif et le passif du défunt, ce qui permettra aux héritiers de profiter de leur droit d'accepter ou de refuser la succession.

Le ministère du Revenu exige ce bilan, dans les six mois suivant le décès, afin de prélever, s'il y a lieu, les impôts et les droits successoraux sur les biens du défunt, car, au risque de vous décevoir, les successions sont taxables. La loi provinciale des droits sur les successions a comme effet qu'aucun bien ne peut être libéré avant que le Gouvernement n'ait perçu l'impôt sur les successions. Mais heureusement, il y a des exemptions.

Tableau des exemptions sur les successions

Bénéficiaires	Exemptions accordées
conjoint	illimitée
Père, mère	100 000 $
Enfants, petits-enfants	100 000 $
Autres bénéficiaires	20 000 $
Enfant atteint d'infirmité physique ou mentale	50 000 $ d'exemption supplémentaire
Enfant âgé de moins de 26 ans	2 000 $ d'exemption supplémentaire pour chaque année entre 26 ans et l'âge de l'enfant

Tableau d'impôt sur les successions

Impôts à payer sur les successions par les légataires sur toute valeur excédant les sommes prévues à titre d'exemption de base.

Montant de la succession	Pourcentage d'impôt à payer
0 à 100 000 $	20 %
100 000 à 200 000 $	20 000 $ plus 25 % de l'excédent de 100 000 $
200 000 à 500 000 $	43 000 $ plus 27 % de l'excédent de 200 000 $
500 000 à 1 million $	121 000 $ plus 29 % de l'excédent de 500 000 $
1 à 2 millions $	267 000 $ plus 32 % de l'excédent de 1 million $
2 millions $ et plus	586 000 $ plus 35 % de l'excédent de 2 millions $

Le gel des biens et le permis de disposer

La loi n'autorise pas les héritiers à prendre possession des biens avant l'émission d'un permis de disposer du ministère du Revenu. Toutefois, puisque toutes les formalités entraînent des délais, elle admet quelques exceptions par la libération totale ou partielle de certains biens. Ainsi, la succession peut demander la libération immédiate, sitôt après la mort du testateur, d'une somme maximum de 1 500 $ de son compte en banque, et une compagnie d'assurance-vie peut payer à même la police d'assurance-vie, une somme de 10 000 $ à condition toutefois que le bénéficiaire soit un proche parent de la victime.

Recherche concernant une compagnie ou une police d'assurance-vie

▶ **Centre d'information de l'assurance-vie**
1001, boul. De Maisonneuve Ouest
Bureau 1230
Montréal (Québec)
H3A 3C8
Tél. : (514) 845-6173 (sans frais) 1-800-361-8070

Concernant le permis de disposer, il sera émis après que l'exécuteur ait fait l'inventaire des biens et des dettes du défunt, remis au gouvernement la formule des droits successoraux (S-4) ou, le cas échéant, payé les impôts. Le permis de disposer autorise la transmission des biens en faveur des héritiers.

Ce que le Gouvernement vous doit... peut-être?

Si le défunt est un résident québécois et qu'il est décédé à la suite d'un accident d'automobile, la Régie de l'assurance automobile octroiera une indemnité de décès à la succession. Cette indemnité peut prendre la forme d'une rente dans le cas où les héritiers sont le conjoint ou les enfants mineurs du défunt. Pour tous renseignements concernant les indemnités payables par la R.A.A.Q. écrivez au:

▶ **Centre de renseignements de la**
Régie de l'assurance automobile du Québec
1134, chemin Saint-Louis
Sillery (Québec)
G1S 1E5
Tél.: pour Québec: 643-7620
pour l'extérieur, composez sans frais: 1-800-361-7620

Par ailleurs, si le défunt a contribué, sa vie durant, au Régime de rentes du Québec (un minimum de contribution fixé par la loi est requis), la Régie des rentes du Québec versera à la succession des prestations de décès.

Le formulaire de réclamation est disponible dans tous les bureaux régionaux de la Régie des rentes du Québec et dans toutes les caisses populaires.
Informez-vous à:

▶ **Régie des rentes du Québec**
2525, boul. Laurier Est
C.P. 5200
Sainte-Foy (Québec)
G1K 7S9
Tél.: 418-643-2181

Si vous êtes bénéficiaire de l'aide sociale, un montant est alloué pour vous aider à assumer les frais de procédures funéraires. Le montant maximum, en 1984, est de 1 500 $.

Pour information, communiquez avec le bureau de l'Aide sociale de votre localité.

Accepter ou pas une succession : une question de sous

Si les taches sont trop nombreuses, vous serez soulagé d'apprendre que la loi n'oblige personne à accepter une succession qui ne lui serait pas favorable. N'oubliez pas, les dettes du défunt passent aux héritiers en même temps que ses biens...

Si les dettes de la succession sont supérieures à l'actif, vous pouvez renoncer à vos droits. Cette renonciation se fait par acte notarié ou par déclaration judiciaire faite dans le cours d'une demande en justice. Accepter une succession trop rapidement représente de sérieux risques. Il faut être prudent, car, si vous avez posé des gestes laissant présumer votre acceptation, il ne vous sera pas possible ensuite de renoncer à la succession.

Pour évitez tout regret, vous pouvez accepter sous bénéfice d'inventaire. Cette acceptation se fait par acte notarié et signifie que vous n'acceptez les dettes de la succession que jusqu'à concurrence des biens dont vous héritez. Donc, si on s'aperçoit après l'inventaire que le défunt avait 10 000 $ de dettes et seulement 8 000 $ de biens, vous ne serez pas tenu de payer les 2 000 $ de différence.

Une autre option est offerte au conjoint survivant. Il peut arriver, en certaines circonstances, qu'il soit plus avantageux pour le conjoint de renoncer à la succession pour conserver les avantages conférés par le contrat de mariage et les montants de l'assurance-vie, en tant que bénéficiaire.

Transfert des biens aux héritiers... en vain

Maintenant que tout est réglé, que l'on sait « qui aura quoi », on peut procéder à la transmission des biens. Sur présentation du certificat de décès, du testament s'il y a lieu et du permis de disposer, les institutions financières (banque, société du fiducie, compagnie d'assurance-vie, etc.) enregistrent le transfert des droits de propriété des biens mobiliers au nom des bénéficiaires. Dans le cas des biens immobiliers, la transmission par acte notarié s'effectue également à l'aide du permis de disposer. Si plusieurs héritiers sont bénéficiaires des mêmes biens, la loi stipule que personne n'est tenu de demeurer copropriétaire d'un bien avec les autres héritiers. Ils peuvent soit partager les biens dans l'état où ils sont, soit les vendre et partager le prix de vente. Ce second mode est appelé la licitation.

Le défunt avait omis de faire un testament... la loi y a pensé

Lorsque le défunt n'a pas laissé de testament valide, le sort des biens est remis entre les mains de la loi. Elle déterminera qui héritera de ses biens. Cette façon de transmettre le patrimoine est appelée succession *ab intestat*. De la même façon, si un testament est fait pour une partie des biens seulement, c'est encore la loi qui détermine les héritiers sur le reste des biens pour lesquels il n'existe aucune disposition précise. Mais dans le cas d'une sucession *ab intestat*, il faut s'attendre à des complications administratives.

Dans une succession *ab intestat*, les biens peuvent être transmis au conjoint du défunt et à ses parents jusqu'au 12e degré inclusivement. En d'autres termes, pour hériter quand il n'y a pas de testament, il faut être lié au défunt soit par le lien du mariage soit par les liens du sang. À mesure que le degré de parenté entre le défunt et l'héritier décroît, les règles de partage du patrimoine se compliquent. Il arrive même qu'on doive consulter l'arbre généalogique d'une famille pour savoir si telle personne peut aspirer à l'héritage d'un parent éloigné.

« Être ou ne pas être », voilà la question

Pour avoir droit à un héritage, il faut nécessairement exister civilement lors de l'ouverture de la succession (c'est la moindre des exigences, n'est-ce pas?). Exister civilement veut dire avoir été conçu et naître viable par la suite. Ainsi, si Jacques meurt et laisse un fils et son épouse enceinte d'un autre enfant, ce dernier se trouve être conçu et, par la suite, doit, lors de sa naissance, respirer au moins un certain temps. C'est à cette seule condition qu'il peut être admissible à la succession de son père.

Être déclaré indigne...

Il existe trois cas précis, déterminés par la loi, où l'on peut être indigne de succéder à une personne:

1. celui qui est convaincu d'avoir donné ou tenté de donner la mort au défunt;
2. celui qui a porté contre le défunt une accusation capitale jugée calomnieuse;
3. l'héritier majeur qui, instruit du meurtre du défunt, n'en a pas avisé la justice. Toutefois des exceptions sont prévues pour cette clause, par exemple, lorsque l'héritier est un proche parent du meurtrier.

Quand un héritier est trouvé indigne, sa part est cédée à l'héritier le plus proche.

Le contrat de mariage... pour le meilleur et pour le pire

Si le défunt était marié, il ne faut pas omettre de vérifier le contrat de mariage, car il pourrait contenir des dispositions testamentaires, et le régime matrimonial choisi pourrait avoir des conséquences sur la succession.

Même si une personne remplit toutes les conditions requises pour venir à une succession légale, elle n'est pas certaine d'y être appelée. Les seules personnes certaines sont l'époux et les enfants du défunt, s'ils existent.

Ces personnes sont groupées en quatre ordres :

1er ordre : les descendants et l'époux du défunt ;

2e ordre : les parents privilégiés et l'époux du défunt ;

3e ordre : les ascendants ordinaires ;

4e ordre : les collatéraux ordinaires jusqu'au 12e degré.

Dès qu'il y a un ou des héritiers dans le premier ordre, les autres ordres sont exclus, sauf le cas de l'époux qui chevauche les deux ordres. Les descendants du défunt sont les enfants, petits-enfants, etc. Les parents privilégiés comprennent le père et la mère du défunt (ascendants privilégiés) ainsi que les frères, soeurs, neveux et nièces (collatéraux privilégiés). Les ascendants ordinaires sont les grands-pères et grands-mères, arrière-grands-pères et arrière-grands-mères du défunt. Enfin, les collatéraux ordinaires sont tous les autres parents jusqu'au douzième degré.

Donc, s'il n'y a personne dans le premier ordre, on passe au deuxième et ainsi de suite jusqu'à ce que l'on trouve un ou des héritiers dans l'un des quatre ordres.

Voici un tableau illustrant les situations les plus fréquentes lors d'une succession selon la loi:

Conjoint	½
Enfants	½
Autres parents	Exclus
(Aucun conjoint)	—
Enfants	Tout
Autres parents	Exclus
Conjoint	Tout
(Aucun enfant)	—
(Aucun frère et soeur)	—
(Aucun père et mère)	—
Autres parents	Exclus
Conjoint	½
(Aucun enfant)	—
Frères et soeurs	½
(Aucun père et mère)	—
Autres parents	Exclus
Conjoint	½
(Aucun enfant)	—
(Aucun frère et soeur)	—
Père et mère	½
Autres parents	Exclus
Conjoint	⅓
(Aucun enfant)	—
Frère et soeur	⅓
Père et mère	⅓
Autres parents	Exclus
(Aucun conjoint)	—
(Aucun enfant)	—
Père et mère	½
Frères et soeurs	½

À l'unanimité les héritiers ont dit: « NON »

Lorsque les héritiers renoncent à la succession ou lorsqu'ils sont introuvables, le Curateur public entre en jeu. Ce dernier est responsable de la réalisation des successions réputées ou déclarées vacantes.

Pour qu'une succession soit réputée vacante, il faut:

- **qu'il n'y ait pas d'héritiers connus ou que les héritiers aient renoncé;**
- **qu'il ne se présente personne qui réclame la succession dans les délais prescrits (au maximum 132 jours après le décès). Une succession est déclarée vacante par un jugement de la Cour supérieure à la suite d'une requête.**

Dans la majorité des cas, les héritiers renoncent à la succession parce qu'elle est déficitaire. Très bonne raison puisque s'ils acceptent, ils devront payer la totalité des dettes...

Dans ces circonstances, le notaire mandaté transmet au Curateur public la renonciation enregistrée des héritiers au premier degré, ainsi que tous les documents en sa possession (factures, mise en demeure, avis légaux, etc.) nécessaires au règlement de la succession. Ce n'est qu'une fois la renonciation des héritiers jugée conforme par un conseiller juridique du Curateur public que ce dernier pourra agir à titre de curateur d'office.

Voici les grandes étapes du règlement d'une succession à laquelle les héritiers ont renoncé:

- un « Avis de qualité » est publié dans la *Gazette officielle du Québec* et dans les journaux de la région où était

domicilié le défunt, afin d'informer les créanciers et les débiteurs impliqués dans la succession;

- un enquêteur du Curateur public dresse l'inventaire des biens;
- le Curateur public récupère les soldes bancaires, le produit des polices d'assurance-vie dont les bénéficiaires désignés sont: « La succession, les ayants droit ou les héritiers légaux »;
- une police d'assurance-vie comportant une personne comme bénéficiaire désignée appartient à cette dernière, et le Curateur public n'en demandera pas le produit;
- le Curateur public effectue aussi la vente aux meilleures conditions possibles des biens meubles, immeubles et véhicules des successions sous sa juridiction;
- un avis de vente à l'encan est publié dans les journaux en mentionnant la date, l'heure et une description des biens qui seront mis en vente;
- le Curateur public soumet les états financiers de la succession aux créanciers avec un bordereau de distribution. S'il n'y a aucune contestation de la part des créanciers, le Curateur public les paie tel qu'indiqué sur le bordereau;
- les honoraires exigés par le Curateur public sont fixés par le lieutenant-gouverneur en conseil.

Si les héritiers restent introuvables...

- le coroner transmet un rapport de la situation au Curateur public ainsi qu'un affidavit. Ce document permettra au Curateur public de prendre juridiction à titre d'administrateur provisoire et de régler cette succession;
- le Curateur public effectue sensiblement les mêmes étapes que lorque les héritiers ont renoncé à la succession;
- en attendant que les héritiers se manifestent, le Curateur public continue sa gestion, investit les sommes d'argent tant et aussi longtemps que les héritiers ne se présentent pas.

Pour « comprendre » votre notaire

Action — Titre négociable représentant une fraction du capital d'une corporation.

Biens réputés transmis par décès — Biens qui en réalité ne sont pas transmis par décès mais que la *Loi sur les droits successoraux* (L.R.Q., c. D-13.2) considère néanmoins comme étant transmis en raison du décès.

Biens transmis en fiducie — Biens que la personne décédée a confiés à une personne (le fiduciaire) à charge par cette dernière de les remettre à une autre personne (le bénéficiaire) à une époque fixée.

Biens transmis en propriété absolue — Biens que la personne décédée transmet sans condition à une personne et avec la totalité des droits de propriété qu'elle détient sur ces biens.

Codicille — Acte subséquent à un testament, le modifiant, le complétant ou l'annulant.

Corporation privée — Corporation dont les actions ne sont pas inscrites à la bourse et ne peuvent être offertes en vente au public de quelque autre façon.

Aux fins de la *Loi sur les droits successoraux* (L.R.Q., c. D-13.2), une corporation est privée lorsqu'au moins 75 % de son revenu brut provient de l'exploitation d'une entreprise active. Cette expression désigne aussi une corporation-mère dont la presque totalité des biens consiste en des actions d'une corporation privée.

Donation par fiducie — Contrat ou acte par lequel la personne décédée a cédé gratuitement à un fiduciaire un bien pour qu'il le remette à une autre personne (le bénéficiaire).

Droit d'achat d'actions — Certificat négociable permettant à son détenteur d'acquérir des actions du capital-actions d'une société moyennant certaines conditions.

Fiducie — Voir « Biens transmis en fiducie ».

Nu-propriétaire — Personne qui détient l'ensemble des droits de propriété sur un bien dont une autre personne a un droit d'usufruit ou d'usage et que la loi désigne comme l'usufruitier.

Part — Placement ou participation d'un associé dans une société commerciale ou sans but lucratif; désigne également une fraction du capital social détenue par un sociétaire dans une coopérative.

Pension — Allocations périodiques à recevoir par une personne.

Prestation — Allocations en espèces à recevoir par une personne en certaines circonstances, par exemple les prestations d'assurance-chômage.

Propriété absolue — Voir « Biens transmis en propriété absolue ».

Rente — Montant à recevoir à intervalles réguliers durant une période déterminée ou durant la vie du bénéficiaire en vertu d'un contrat, d'un testament, d'une fiducie, etc.

Troupeau de base — Nombre d'animaux accepté par le Ministère aux fins d'impôt comme faisant partie du capital d'exploitation d'un agriculteur à la fin de l'année d'imposition 1971, et qui fait partie de ses biens au moment du décès.

Troupeaux en main — Groupes d'animaux, autres que ceux qui sont compris dans le troupeau de base et qu'une personne possédait lors de son décès.

Usufruitier — Bénéficiaire qui détient le droit au revenu et le droit d'usage, d'habitation et de jouissance d'un bien appartenant à une autre personne que la loi désigne comme le nu-propriétaire.

Aide-mémoire

Les étapes à suivre lors d'un décès:

- appeler une ambulance pour faire transporter le corps à l'hôpital, s'il y a lieu;
- faire constater le décès par un médecin;
- faire établir le certificat de décès;
- rechercher le testament et en prendre connaissance;
- contacter une maison funéraire, s'il y a lieu;
- si la maison funéraire ne s'en charge pas, communiquer avec un ministre du culte religieux auquel le défunt appartenait pour prendre les arrangements pour la cérémonie religieuse;
- entamer le règlement de la succession de concert avec l'avocat ou le notaire de votre choix; s'il s'agit d'un testament olographe ou sous forme dérivée de la loi d'Angleterre, le remettre à l'exécuteur testamentaire pour qu'il se charge d'en obtenir la vérification;
- s'il n'y a pas de testament, le plus prudent est de vous en rapporter à votre conseiller juridique (avocat ou notaire) pour le partage des biens.

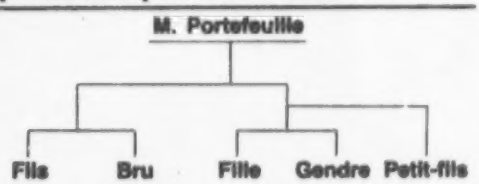
Doivent-ils payer de l'impôt?

Complétez le tableau et vous comprendrez plus facilement toutes les possibilités d'exemptions qui entrent dans le calcul de l'impôt sur les dons.

M. Richard Portefeuille, dont le décès est survenu le 26 mars 1984, lègue les valeurs nettes suivantes aux héritiers suivants:

- 80 000 $ à son fils âgé de 40 ans;
- 80 000 $ à sa bru âgée de 39 ans;
- 75 000 $ à sa fille âgée de 28 ans;
- 10 000 $ à son gendre âgé de 30 ans;
- 61 000 $ à son petit-fils (enfant de sa fille) âgé de 2 ans.

Utilisez le graphique suivant pour votre calcul:



Montant légué

Exemption allouée (voir tableau dans les pages précédentes)

Excédant du montant du legs sur celui de l'exemption _____

Montant de l'exemption non utilisé par le bénéficiaire _____ _____ _____ _____

Exemption supplémentaire

Montant de l'exemption non utilisé dont peut bénéficier:
— la bru ①
— le petit-fils ②

Solde de l'exemption non utilisé ④ ③

Valeur imposable pour chaque bénéficiaire _____ _____ _____ _____ _____

Le tableau se complète correctement de la façon suivante:

M. Portefeuille

	Fils	Bru	Fille	Gendre	Petit-fils
Montant légué	80 000 $	80 000 $	75 000 $	10 000 $	61 000 $
Exemption allouée (voir tableau dans les pages précédentes)	100 000 $	20 000 $	100 000 $	20 000 $	100 000 $
Excédant du montant du legs sur celui de l'exemption		60 000 $			
Montant de l'exemption non utilisé par le bénéficiaire	20 000 $		25 000 $	10 000 $	39 000 $
Exemption supplémentaire					
Montant de l'exemption non utilisé dont peut bénéficier: — la bru — le petit-fils	20 000 $	(1) (20 000 $)	(25 000 $)		(2) (25 000 $)
Solde de l'exemption non utilisé	(4) 20 000 $			(3) 10 000 $	
Valeur imposable pour chaque bénéficiaire	**Rien**	**40 000 $**	**Rien**	**Rien**	**Rien**

Explication du tableau:

La bru a droit de déduire 20 000 $ (1) dans le calcul de la valeur imposable, à même le montant de l'exemption de 20 000 $ non utilisé par son conjoint (le fils de la personne décédée).

Le petit-fils a droit d'utiliser le montant de l'exemption de 25 000 $ (2) non utilisé par sa mère (la fille de la persone décédée).

Il ne peut toutefois bénéficier du solde de l'exemption de 10 000 $ (3) inutilisé par son père (le gendre de la personne décédée). Il ne peut non plus bénéficier de 20 000 $ (4) non utilisé par son oncle (le fils de la personne décédée), ces personnes n'étant pas en ligne directe avec lui et la personne décédée.

Réponses:

Les héritiers auront les valeurs imposables suivantes:

- le fils: rien;
- la bru: 40 000 $;
- la fille: rien;
- le gendre: rien;
- le petit-fils: rien.

Annexes

Le réseau de Communication-Québec

Région de l'Est

Rimouski
164, rue Saint-Germain Est
Rimouski (Québec)
G5L 1A8
Tél. : (418) 722-3939

Gaspé
182, rue de la Reine
C.P. 1610
Gaspé (Québec)
G0C 1R0
Tél. : (418) 368-2550

Îles-de-la-Madeleine
224, route Principale
C.P. 340
Cap-aux-Meules (Québec)
G0B 1B0
Tél. : (418) 986-3222

Région du Saguenay—Lac-Saint-Jean

Jonquière
3950, boul. Harvey Est
Jonquière (Québec)
G7X 8L6
Tél. : (418) 547-6601

Saint-Félicien
1174, boul. Sacré-Coeur
Saint-Félicien (Québec)
G0W 2N0
Tél. : (418) 679-0433

Région de Québec

Comptoir d'accueil et de renseignements
Édifice « G »
1037, rue De la Chevrotière
Rez-de-chaussée
Québec (Québec)
G1R 4Y7
(accueil sur place seulement)

Québec
740, boul. Charest Est
Place Cartier
Québec (Québec)
G1K 3J7
Tél. : (418) 643-1344

▶ **Saint-Georges**
130, 120e Rue Est
Saint-Georges-de-Beauce
(Québec)
G5Y 2Z9
Tél. : (418) 227-1122

▶ **Thetford-Mines**
122, rue Notre-Dame Nord
Thetford-Mines (Québec)
G6G 2J8
Tél. : (418) 338-0181

Région du Centre du Québec—Mauricie

▶ **Trois-Rivières**
225, rue des Forges
Trois-Rivières (Québec)
G9A 2G7
Tél. : (819) 379-2636

▶ **Drummondville**
315, rue Hériot
Drummondville (Québec)
J2B 1A6
Tél. : (819) 477-7272

Région de l'Estrie

▶ **Sherbrooke**
780, rue King Ouest
Sherbrooke (Québec)
J1H 1R7
Tél. : (819) 569-9311

Région de Montréal

▶ **Montréal**
3, complexe Desjardins
C.P. 691
Galerie du nord
Niveau du métro
Montréal (Québec)
H5B 1B8
Tél. : (514) 873-2111

▶ **Saint-Jean**
245, rue Richelieu
Saint-Jean-sur-Richelieu
(Québec)
J3B 6X9
Tél. : (514) 346-6870

▶ **Saint-Hyacinthe**
600, av. Sainte-Anne
Saint-Hyacinthe (Québec)
J2S 5G5
Tél. : (514) 778-1123

▶ **Valleyfield**
50, rue Nicholson
Valleyfield (Québec)
J6T 4M8
Tél. : (514) 371-9111

Région des Laurentides

▶ **Saint-Jérôme**
222, rue Saint-Georges
Saint-Jérôme (Québec)
J7Z 4Z9
Tél. : (514) 438-1282

▶ **Granby**
77, rue Principale
Granby (Québec)
J2G 9B3
Tél. : (514) 375-5664

▶ **Joliette**
84, place Bourget Sud
Joliette (Québec)
J6E 5E7
Tél. : (514) 759-6440

Région de l'Outaouais

▶ **Hull**
662, boul. Saint-Joseph
Hull (Québec)
J8Y 4A8
Tél. : (819) 770-6910

Région de l'Abitibi—Témiscamingue

▶ **Rouyn**
108, av. Principale
Rouyn (Québec)
J9X 4P2
Tél. : (819) 764-3241

▶ **Val-d'Or**
Place du Québec
888, 3e Avenue
Val-d'Or (Québec)
J9P 5E6
Tél. : (819) 825-3166

Région de la Côte-Nord

▶ **Sept-Îles**
456, av. Arnaud
Bureau 100
Sept-Îles (Québec)
G4R 3B1
Tél. : (418) 968-2806

▶ **Hauterive**
625, boul. Laflèche
Bureau 235
Hauterive (Québec)
G5C 1C5
Tél. : (418) 589-2244

Pour ceux qui doivent passer par l'interurbain, faites le « 0 » et demandez le **Zénith Communication-Québec**.

Liste des C.L.S.C. et des Centres de santé

▶ **Fédération des C.L.S.C.**
284, carré Saint-Louis
2e étage
Montréal (Québec)
H2X 1A4
Tél.: (514) 842-5141

Région du Bas-Saint-Laurent—Gaspésie

▶ **Centre de santé de l'Archipel**
C.P. 730
Cap-aux-Meules
Îles-de-la-Madeleine (Québec)
G0P 1B0
Tél.: (418) 986-2121

▶ **C.L.S.C. Chaleurs**
Case postale 7000
Paspébiac
Bonaventure (Québec)
G0C 2K0
Tél.: (418) 752-6611

▶ **C.L.S.C. de la Vallée**
146, rue de la Fabrique
Causapscal (Québec)
G0J 1J0
Tel.: (418) 756-3451

▶ **C.L.S.C. Grande-Vallée**
Case postale 190
Grande-Vallée
Gaspé (Québec)
G0E 1K0
Tél.: (418) 393-2003

▶ **C.L.S.C. Malauze**
Case postale 190
14, boul. Perron
Matapédia (Québec)
G0J 1V0
Tél.: (418) 865-2221

▶ **C.L.S.C. Mont-Joli**
780, ch. du Sanatorium
Mont-Joli (Québec)
G5H 3R3
Tél.: (418) 775-2251

▶ **Centre de santé des Hauts-Bois**
600, Avenue Est
Murdochville (Québec)
G0E 1W0
Tél.: (418) 784-3333

▶ **C.L.S.C. de l'Estuaire**
180, av. des Gouverneurs
Rimouski (Québec)
G5L 8G1
Tél.: (418) 724-7204

▶ **C.L.S.C. des Berges**
17, 1re Avenue Est
Mont-Louis (Québec)
G0E 1T0
Tél.: (418) 797-2744

▶ **C.L.S.C. la Saline**
141, boul. Grand-Pabos Ouest
Chandler (Québec)
G0C 1K0
Tél.: (418) 689-6695

▶ **C.L.S.C. Matane**
349, rue Saint-Jérôme
Matane (Québec)
G4W 3A8
Tél.: (418) 562-5741

▶ **C.L.S.C. Val-Rosiers**
154, boul. Renard Est
Rivière-au-Renard (Québec)
G0E 2A0
Tél.: (418) 269-3391

Région du Saguenay—Lac-Saint-Jean

▶ **C.L.S.C. des Chutes**
201, boul. des Pères
Mistassini (Québec)
G0W 2C0
Tél.: (418) 276-5452

▶ **C.L.S.C. des Prés-Bleus**
1228, boul. Sacré-Coeur
Saint-Félicien (Québec)
G0W 2N0
Tél.: (418) 679-5270

▶ **C.L.S.C. Saguenay-Nord**
222, rue Saint-Éphrem
Chicoutimi-Nord (Québec)
G7G 2W5
Tél.: (418) 545-1575

▶ **C.L.S.C. des Grands-Bois**
32, 3e Avenue
Chapais (Québec)
G0W 1H0
Tél.: (418) 745-2591

▶ **C.L.S.C. le Norois**
100, rue Saint-Joseph
Alma (Québec)
G8B 7A6
Tél.: (418) 668-4563

Région de Québec

▶ **C.L.S.C. Arthur-Caux**
135, rue de la Station
Laurier-Station (Québec)
G0S 1N0
Tél.: (418) 728-3435

▶ **C.L.S.C. de Portneuf**
1045, av. Bona-Dussault
Saint-Marc-des-Carrières
(Québec)
G0A 4B0
Tél.: (418) 268-3571

▶ **C.L.S.C. des Frontières**
Case postale 70
Pohénégamook (Québec)
G0L 2T0
Tél. : (418) 859-2450

▶ **C.L.S.C. Frontenac**
400, rue Saint-Joseph
Disraeli (Québec)
G0N 1E0
Tél. : (418) 449-3513

▶ **C.L.S.C. la Scurce**
280, av. Notre-Dame
Charlesbourg (Québec)
G2M 1K9
Tél. : (418) 849-2873

▶ **C.L.S.C. Laurentien**
1550, boul. Chauveau Est
Sainte-Foy (Québec)
G2E 5A6
Tél. : (418) 872-0881

▶ **C.L.S.C. Montmagny-Sud**
Case postale 39
10, rue Alphonse
Saint-Fabien-de-Panet
(Québec)
G0R 2J0
Tél. : (418) 249-2501

▶ **C.L.S.C. des Appalaches**
39, avenue du Foyer
Saint-Pamphile (Québec)
G0R 3X0
Tél. : (418) 356-3393

▶ **C.L.S.C. Basse-Ville**
310, boul. Langelier Est
Québec (Québec)
G1K 5N3
Tél. : (418) 529-6592

▶ **C.L.S.C. des Basques**
550, rue Notre-Dame Est
Trois-Pistoles (Québec)
G0L 4K0
Tél. : (418) 851-3301

▶ **C.L.S.C. des Trois-Saumons**
C.P. 250
430, rue Jean-Leclerc
Saint-Jean-Port-Joli (Québec)
G0R 3G0
Tél. : (418) 598-3355

▶ **C.L.S.C. La Guadeloupe**
763, 14e Avenue
La Guadeloupe (Québec)
G0M 1G0
Tél. : (418) 459-3441

▶ **C.L.S.C. Lac-Etchemin**
C.P. 428
197, 3e Avenue
Lac-Etchemin (Québec)
G0R 1S0
Tél. : (418) 694-9134

▶ **C.L.S.C. les Aboiteaux**
580, 25e Rue
Saint-Pascal-de-Kamouraska
(Québec)
G0L 3Y0
Tél. : (418) 492-1223

▶ **C.L.S.C. Nouvelle-Beauce**
1133, boul. Vachon Nord
Sainte-Marie-de-Beauce
(Québec)
G6E 1M9
Tél. : (418) 387-8181

▶ **C.L.S.C. Témiscouata**
30, rue Bérubé
Cabano (Québec)
G0L 1E0
Tél. : (418) 854-3645

Région du Centre du Québec

▶ **C.L.S.C. de l'Érable**
1331, rue Saint-Calixte
Plessisville (Québec)
G6L 1P4
Tél. : (819) 362-6301

▶ **C.L.S.C. Lotbinière-Ouest**
216, rue Principale
Fortierville (Québec)
G0S 1J0
Tél. : (819) 287-4442

▶ **C.L.S.C. Normandie**
750, rue du Couvent
Saint-Tite, Laviolette (Québec)
G0X 3H0
Tél. : (418) 365-7555

▶ **C.L.S.C. des Chenaux**
90, rivière à Veillette
C.P. 8
Sainte-Geneviève-de-Batiscan
(Québec)
G0X 2R0
Tél. : (418) 362-2727

▶ **C.L.S.C. Nicolet-Yamaska**
330, rue Principale
Sainte-Monique (Québec)
J0G 1N0
Tél. : (819) 289-2255

▶ **C.L.S.C. Suzor-Côté**
55, rue Monfette
Victoriaville (Québec)
G6P 1J8
Tél. : (819) 758-7281

Région de l'Estrie

▶ **C.L.S.C. Fleur-de-Lys**
460, 2e Avenue
Weedon (Québec)
J0B 3J0
Tél. : (819) 877-3434

▶ **C.L.S.C. Soc**
2130, rue King Ouest
Sherbrooke (Québec)
J1J 2E8
Tél. : (819) 565-1330

▶ **C.L.S.C. la Chaumière**
601, boul. Simoneau
Asbestos (Québec)
J1T 4G7
Tél. : (819) 879-7181

▶ **C.L.S.C. Val-Saint-François**
C.P. 890
110, rue Barlow
Richmond (Québec)
J0B 2H0
Tél. : (819) 826-3781

Région de Montréal Métropolitain

▶ **Clinique communautaire Pointe-Saint-Charles**
500, rue Ash
Montréal (Québec)
H3K 2R4
Tél.: (514) 937-9251

▶ **C.L.S.C. Centre-Ville**
1199, rue de Bleury
Bureau 200
Monréal (Québec)
H3B 3J1
Tél.: (514) 866-5761

▶ **C.L.S.C. des Mille-Îles**
3131, boul. de la Concorde
Bureau 307
Laval (Québec)
H7E 4W4
Tél.: (514) 661-5370

▶ **C.L.S.C. Hochelaga-Maisonneuve**
1620, rue de La Salle
Montréal (Québec)
H1V 2J8
Tél.: (514) 253-2181

▶ **C.L.S.C. la Petite-Patrie**
1453, rue Beaubien Est
Montréal (Québec)
H2G 3C6
Tél.: (514) 273-4508

▶ **C.L.S.C. Montréal-Nord**
11441, boul. Lacordaire
Montréal-Nord (Québec)
H1G 4J9
Tél.: (514) 327-0400

▶ **C.L.S.C. Parc-Extension**
469, rue Jean Talon Ouest
Montréal (Québec)
H3N 1R4
Tél.: (514) 273-9591

▶ **C.L.S.C. Rivière-des-Prairies**
8655, boul. Perras
Montréal (Québec)
H1E 4M7
Tél.: (514) 648-4963

▶ **C.L.S.C. Saint-Henri Petite Bourgogne**
4377, rue Notre-Dame Ouest
Montréal (Québec)
H4C 1R9
Tél.: (514) 933-7541

▶ **C.L.S.C. Sainte-Rose-de-Laval**
280, boul. Roi-du-Nord
Laval (Québec)
H7L 4L2
Tél.: (514) 622-5110

▶ **C.L.S.C. Centre-Sud**
1710, rue Amherst
Montréal (Québec)
H2L 3L5
Tél.: (514) 527-2361

▶ **C.L.S.C. Côte-des-Neiges**
3600, rue Van-Horne
Montréal (Québec)
H3S 1R6
Tél.: (514) 731-8531

▶ **C.L.S.C. du Marigot**
1351, boul. des Laurentides
Laval (Québec)
H7M 2Y2
Tél.: (514) 668-1803

▶ **C.L.S.C. J.-Octave-Roussin**
13926, rue Notre-Dame Est
Pointe-aux-Trembles (Québec)
H1A 1T5
Tél. : (514) 642-4050

▶ **C.L.S.C. Métro**
1550, boul. De Maisonneuve Ouest
Montréal (Québec)
H3G 1N2
Tél. : (514) 934-0354

▶ **C.L.S.C. Norman-Bethune**
1665, rue du Couvent
Laval (Québec)
H7W 3A8
Tél. : (514) 687-5690

▶ **C.L.S.C. Pierrefonds**
15700, boul. Pierrefonds
Pierrefonds (Québec)
H9H 3P6
Tél. : (514) 685-2572

▶ **C.L.S.C. Rosemont**
3245, boul. Saint-Joseph Est
Montréal (Québec)
H1Y 2B6
Tél. : (514) 524-3541

▶ **C.L.S.C. Saint-Louis-du-Parc**
30, boul. Saint-Joseph Est
Montréal (Québec)
H2T 1G9
Tél. : (514) 286-9657

Région des Laurentides-Lanaudière

▶ **C.L.S.C. Berthier**
761, rue Notre-Dame
C.P. 1470
Berthierville (Québec)
J0K 1A0
Tél. : (514) 836-7011

▶ **C.L.S.C. Jean-Olivier-Chénier**
29, chemin Oka
Bureau 403
Saint-Eustache (Québec)
J7R 4K6
Tél. : (514) 491-1234

▶ **C.L.S.C. Lamater**
4625, boul. des Seigneurs
Saint-Louis-de-Terrebonne (Québec)
J0N 1N0
Tél. : (514) 471-2130
ou 471-2881

▶ **C.L.S.C. Saint-Jérôme**
319, rue Saint-Georges
C.P. 746
Saint-Jérôme (Québec)
J7Z 5V4
Tél. : (514) 431-2221

▶ **C.L.S.C. des Trois-Vallées**
440, rue Limoges
C.P. 940
Saint-Jovite (Québec)
J0T 2H0
Tél. : (819) 425-3771

▶ **C.L.S.C. Joli-Mont**
8161, route 125
Chertsey (Québec)
J0K 3K0
Tél. : (514) 882-2488

▶ **C.L.S.C. secteur Brandon**
30, rue Saint-Gabriel
C.P. 870
Saint-Gabriel-de-Brandon
(Québec)
J0K 2N0
Tél.: (514) 835-4705

▶ **C.L.S.C. Sainte-Thérèse**
55, rue Saint-Joseph
Sainte-Thérèse (Québec)
J7E 4Y5
Tél.: (514) 430-4553

Région du Richelieu

▶ **C.L.S.C. Châteauguay**
101, rue Lauzon
Châteauguay (Québec)
J6K 1C7
Tél.: (514) 691-7410

▶ **C.L.S.C. de la Haute-Yamaska**
55, rue Court
C.P. 874
Granby (Québec)
J2G 8W9
Tél.: (514) 375-1442

▶ **C.L.S.C. du Richelieu**
633, 12e Avenue
Richelieu (Québec)
J3L 4V5
Tél.: (514) 658-7561

▶ **C.L.S.C. Huntingdon**
163, rue Châteauguay
Huntingdon (Québec)
J0S 1H0
Tél.: (514) 264-6148

▶ **C.L.S.C. Kateri**
3505, boul. Marie-Victorin
Sainte-Catherine (Québec)
J0L 1E0
Tél.: (514) 632-8600

▶ **C.L.S.C. la Presqu'île**
49, 5e Avenue
Pincourt (Québec)
J7V 5K7
Tél.: (514) 453-3418

▶ **C.L.S.C. Longueuil-Ouest**
201, boul. Curé-Poirier Ouest
Longueuil (Québec)
J4J 2G4
Tél.: (514) 651-9830

▶ **C.L.S.C. Seigneurie De Beauharnois**
50, rue du Marché
Valleyfield (Québec)
J6T 1P4
Tél.: (514) 371-0143

▶ **C.L.S.C. de Bedford**
34, rue Saint-Joseph
Bedford (Québec)
J0J 1A0
Tél.: (514) 248-4321

▶ **C.L.S.C. des Seigneuries**
2050, boul. Marie-Victorin
Varennes (Québec)
J0L 2P0
Tél.: (514) 652-9883

▶ **C.L.S.C. Farnham**
455, rue Yamaska Est
Farnham (Québec)
J2N 1J2
Tél.: (514) 293-3622

▶ **C.L.S.C. Jardin-du-Québec**
2, rue Sainte-Famille
Saint-Rémi (Québec)
J0L 2L0
Tél.: (514) 454-4671

▶ **C.L.S.C. La Chenaie**
1266, rue Lemay
C.P. 370
Acton Vale (Québec)
J0H 1A0
Tél.: (514) 546-3225

▶ **C.L.S.C. Longueuil-Est**
388, rue Lamarre
Longueuil (Québec)
J4J 1T2
Tél.: (514) 463-2850

▶ **C.L.S.C. Samuel-De-Champlain**
1680, boul. Provencher
2e étage
Brossard (Québec)
J4W 2Z7
Tél.: (514) 465-4452

▶ **C.L.S.C. Saint-Hubert**
5245, boul. Cousineau
Bureau 225
Saint-Hubert (Québec)
J3Y 6J8
Tél.: (514) 676-7761

Région de l'Outaouais

▶ **C.L.S.C. de Hull**
45, rue Ducharme
Hull (Québec)
J8Y 3P7
Tél.: (819) 770-6900

▶ **C.L.S.C. de la Petite-Nation**
76-C, rue Saint-André
Saint-André-Avellin (Québec)
J0V 1W0
Tél.: (819) 983-7341

▶ **C.L.S.C. des Hautes-Laurentides**
515, boul. Paquette
Mont-Laurier (Québec)
J9L 1K8
Tél.: (819) 623-1228

▶ **C.L.S.C. des Draveurs**
80, av. Gatineau
Tourenne (Québec)
J8T 4J3
Tél.: (819) 561-2550

▶ **C.L.S.C. le Moulin**
175, rue Maple
Gatineau (Québec)
J8P 5B9
Tél.: (819) 663-9214

▶ **C.L.S.C. Vallée-de-la-Gatineau**
Case postale 63
Low (Québec)
J0X 2C0
Tél.: (819) 422-3548

▶ **C.L.S.C. Pontiac**
Route 148
Case postale 430
Fort-Coulonge (Québec)
J0X 1V0
Tél.: (819) 683-3000

▶ **C.L.S.C. Vallée-de-la-Lièvre**
164, rue McLaren Est
Buckingham (Québec)
J8L 1K4
Tél.: (819) 986-3359

▶ **C.L.S.C. de la Désert**
144, rue Principale Sud
Maniwaki (Québec)
J9E 1Z6
Tél.: (819) 449-2513

Région de l'Abitibi-Témiscamingue

▶ **Centre de santé Isle-Dieu**
130, boul. Matagami
Matagami (Québec)
J0Y 2A0
Tél.: (819) 739-2515

▶ **Centre de santé Sainte-Famille**
22, rue Notre-Dame Nord
Ville-Marie (Québec)
J0Z 3W0
Tél.: (819) 629-2420

▶ **C.L.S.C. Témiscaming**
180, rue Anvik
Témiscaming (Québec)
J0Z 3R0
Tél.: (819) 627-3385

▶ **Centre de santé Lebel**
950, boul. Quévillon Nord
Lebel-sur-Quévillon (Québec)
J0Y 1X0
Tél.: (819) 755-4881

▶ **C.L.S.C. Senneterre**
961, rue de la Clinique
Senneterre (Québec)
J0Y 2M0
Tél.: (819) 737-2243

Région de la Côte-Nord

▶ **Centre de santé Basse-Côte-Nord**
Case postale 130
Notre-Dame-de-Lourdes
Blanc-Sablon (Québec)
G0G 1W0
Tél.: (418) 461-2144

▶ **Centre de santé Haute-Côte-Nord**
Case postale 1000
4, rue de l'Hôpital
Les Escoumins (Québec)
G0T 1K0
Tél.: (418) 233-2931

▶ **Centre de santé Schefferville**
238, rue Hudson
C.P. 1450
Schefferville (Québec)
G0G 2T0
Tél.: (418) 585-2645

▶ **C.L.S.C. Forestville**
2, 7e Rue
C.P. 790
Forestville (Québec)
G0T 1E0
Tél.: (418) 587-2212

▶ **Centre de santé Gagnon**
233, 1re Avenue
Gagnon (Québec)
G0G 1K0
Tél.: (418) 532-6331

▶ **Centre de santé Port-Cartier**
103, boul. des Rochelois
Port-Cartier (Québec)
G5B 1K5
Tél.: (418) 766-2715

▶ **C.L.S.C. Fermont**
Case postale 550
Fermont (Québec)
G0G 1J0
Tél.: (418) 287-3232

▶ **C.L.S.C. Sept-Îles**
405, av. Brochu
Sept-Îles (Québec)
G4R 2W9
Tél.: (418) 962-9844

Centres de référence des bénévoles du Québec

▶ **Alma**
Service d'information
et de référence du Lac inc.
675, rue Scott
C.P. 553
Alma (Québec)
G8B 5W1
Tél. : (418) 662-6034

▶ **Granby**
Centre de référence
d'information de Granby
Centre de bénévolat
de Granby inc.
110, rue Dufferin
Granby (Québec)
J2G 4W9
Tél. : (514) 372-6777

▶ **Montréal**
Centre de référence
du Montréal métropolitain
1900, boul. Dorchester Ouest
Bureau 326
Montréal (Québec)
H3H 2H2
Tél. : (514) 931-2292

▶ **Québec**
Centre d'action bénévole
de Québec
500, rue Béchard
Vanier (Québec)
G1M 2E9
Tél. : (418) 681-3501

▶ **Rouyn**
Centre d'information de Rouyn
C.P. 751
Rouyn (Québec)
J9X 5C7
Tél. : (819) 762-5683

▶ **Saint-Hyacinthe**
Centre de référence
et d'information familiale
1900, rue Girouard Ouest
C.P. 190
Saint-Hyacinthe (Québec)
J2S 7B4
Tél. : (514) 774-9434

▶ **Sept-Îles**
L'Escale, centre d'animation
sociale et familiale
de Sept-Îles inc.
421, av. Arnaud
Sept-Îles (Québec)
G4R 3B3
Tél. : (418) 968-8949

▶ **Shawinigan — Grand'Mère**
Centre de référence
et d'information de
Shawinigan et de Grand'Mère
2485, 8e Avenue
Shawinigan-Sud (Québec)
G9P 1V3
Tél. : (819) 537-1144

▶ **Sherbrooke**
Centre de référence
et d'information de Sherbrooke
463, rue Papineau
Sherbrooke (Québec)
J1E 1X4
Tél.: (819) 562-2494

▶ **Trois-Rivières**
Centre de référence
et d'information du
Trois-Rivières métropolitain
1415, boul. des Forges
C.P. 694
Trois-Rivières (Québec)
G9A 5J3
Tél.: (819) 378-6050

▶ **Lévis**
Service d'entraide,
regroupement et solidarité
(Lévis-métro) inc.
106, rue Jean-XXIII
Lauzon (Québec)
G6V 2K1
Tél.: (418) 833-7756

Conseils régionaux de la santé et des services sociaux (C.R.S.S.S.)

▶ **C.R.S.S.S. du Bas-Saint-Laurent, de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine**
274, rue Potvin
Rimouski (Québec)
G5L 7P5
Tél.: (418) 724-5231

▶ **C.R.S.S.S. du Saguenay—Lac-Saint-Jean**
930, rue Jacques-Cartier Est
Chicoutimi (Québec)
G7H 2B1
Tél.: (418) 545-4980

▶ **C.R.S.S.S. de Québec**
525, boul. Hamel
Québec (Québec)
G1M 2S8
Tél.: (418) 529-5311

▶ **C.R.S.S.S. des Trois-Rivières**
550, rue Bonaventure
Trois-Rivières (Québec)
G9A 2B5
Tél.: (819) 379-3771

▶ **C.R.S.S.S. de l'Estrie**
2424, rue King Ouest
Sherbrooke (Québec)
J1J 2E8
Tél.: (514) 566-7861

▶ **C.R.S.S.S. des Laurentides-Lanaudière**
1000, rue Labelle
Bureau 210
Saint-Jérôme (Québec)
J7Z 5N6
Tél.: (514) 436-8622

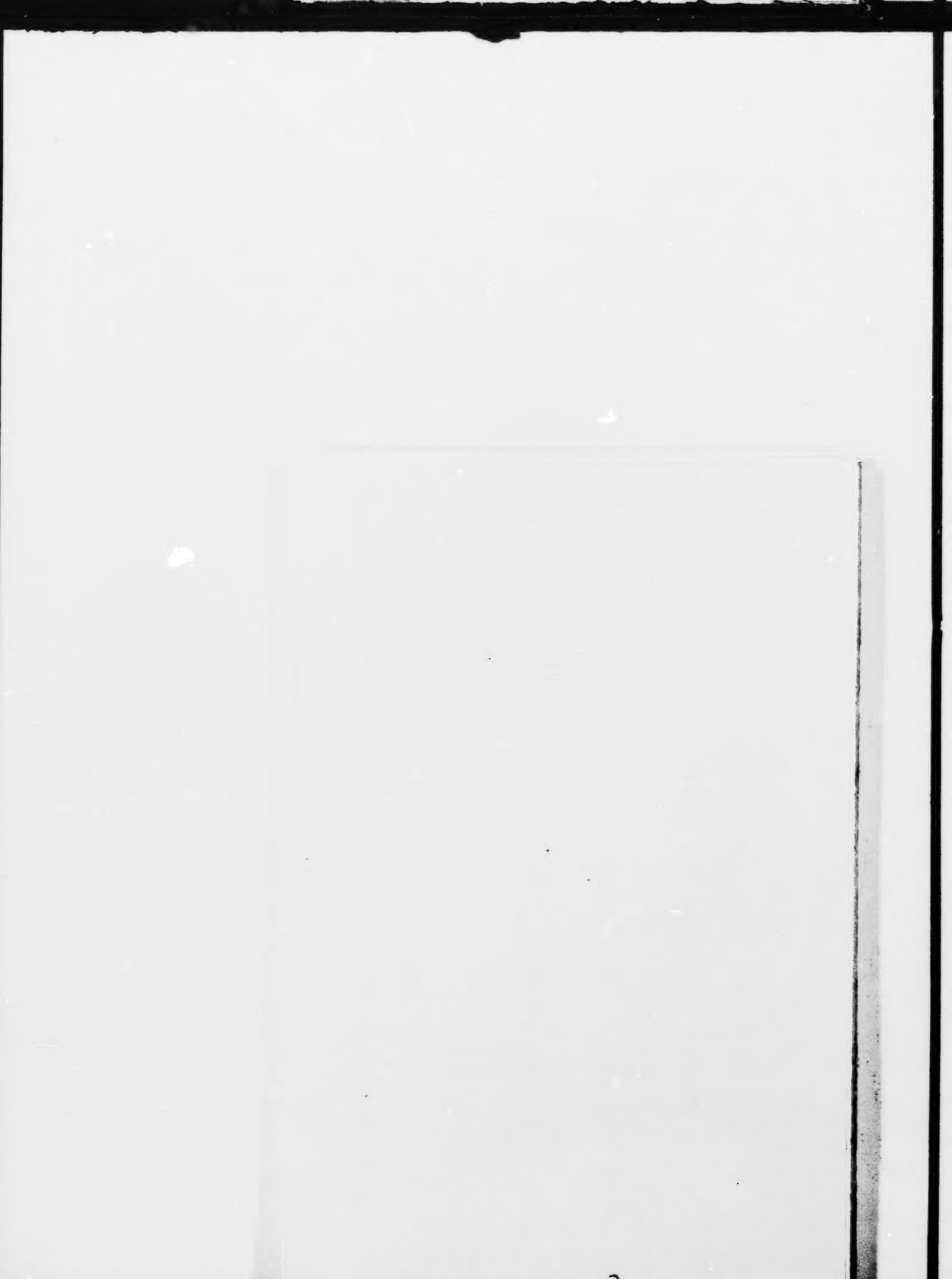
▶ **C.R.S.S.S. du Montréal-Métropolitain**
3725, rue Saint-Denis
Montréal (Québec)
H2X 3L9
Tél.: (514) 286-5620

▶ **C.R.S.S.S. de la Montérégie**
125, boul. Sainte-Foy
Bureau 300
Longueuil (Québec)
J4J 1W7
Tél.: (514) 679-6772

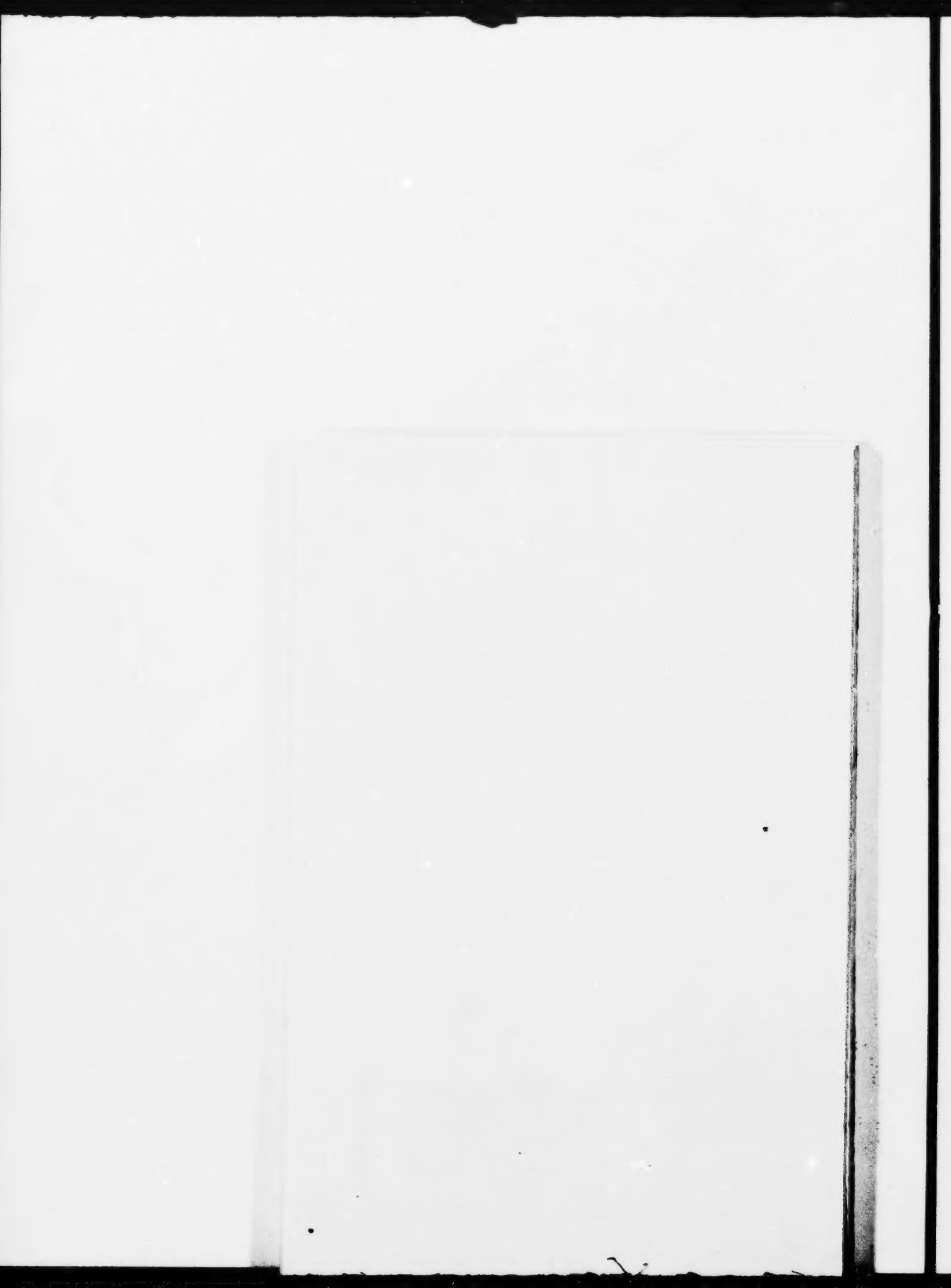
▶ **C.R.S.S.S. de l'Outaouais**
1040, boul. Saint-Joseph
Hull (Québec)
J8Z 1X9
Tél.: (819) 770-7747

▶ **C.R.S.S.S. de l'Abitibi-Témiscamingue**
435, rue Gagné
Rouyn (Québec)
J9X 3P8
Tél.: (819) 764-3264

▶ **C.R.S.S.S. de la Côte-Nord**
896, rue du Puyjalon
Hauterive (Québec)
G5C 1N1
Tél.: (418) 589-9845



Index



A

Ab intestat
Succession ab intestat **556-557**

Accès à l'information
Accès aux documents des organismes publics **474-475**
Commission d'accès à l'information **476**
Conseil du trésor du Canada **476**
Loi **474-475**
Ministère des communications **476**
Modalités **474-475**
Protection des renseignements personnels **474-476**

Accident
À domicile **100-101**
D'automobile **272-280**

Accident d'automobile
Assurance corporelle **272**
Assurance de responsabilité **275-276**
Constat amiable **277**
Fonds d'indemnisation **277-279**
Régie de l'assurance automobile **274-277**
Responsabilité à l'extérieur du Québec **279**

Achat par correspondance
Office de la protection du consommateur **452-453**
Plainte **451**

Acomptes provisionnels **221-223**

Acte notarié **531**

Activité physique
Aide financière **361-363**
Fédération québécoise des centres communautaires de loisirs **359**
Kino-Québec **358-359**
Mouvement québécois du sport **359**

Où s'adresser 5
Programme 4-5
Regroupement des organismes nationaux de loisir du Québec 360
Société des sports du Québec 360

Acupuncture
Acupuncture 52
Frais 53

Administration publique
Droits lésés par 470
Insatisfaction auprès de 471
Le Protecteur du citoyen 470
Le Secrétariat aux relations avec les citoyens et citoyennes 471

Agent de voyages
Obligations 379-381
Office de la protection du consommateur 451-453
Plainte 451-453

Aide financière
Aux stomisés 36-37
Équerre 135-137
Loginove 126-132
Parel 132-135
Pour le sport 315-361-363
Pour les voyages 378
Socioculturelle 369-371

Aide juridique
Admissibilité 461-462
Modalités 463
Révision et appel 463
Services couverts 462

Aide sociale
Admissibilité 181-182
Calcul de la prestation 182
Décès 555

Obligations 182
Révision et appel 183
Types d'aide 182

Alcoolisme 70-71

Alimentation
Guide alimentaire 11-14
Ministère des Affaires sociales 14

Allocation
Allocation au conjoint 176-178
Allocation aux anciens combattants 184-185
Allocation de guerre pour les civils 184-185
Allocation-logement (Logirente) 124-125-206

Allocation aux anciens combattants 184-185

Allocation au conjoint
Admissibilité 176-177
Calcul de la prestation 177-178

Allocation de guerre pour les civils
Admissibilité 184
Calcul de l'alloçation 184
Où s'adresser 185

Allocation-logement (Logirente) 124-125-206

Ambassade
Documentation 405
Inscription 401
Liste d'adresses 402-404
Services offerts 402

Ambulance
Services ambulanciers 45-46

Animaux 74-77

Archives nationales du Québec
Où s'adresser 420
Services offerts 419

Archives publiques du Canada
Où s'adresser 421
Services offerts 421

Arthrite
Arthrite 49-50
Association des arthritiques de Québec 50
Société d'arthrite au Québec 50

Assistance-annuaire 102

Association
Association canadienne des automobilistes 454
Association canadienne des compagnies d'assurances de personnes inc. (ACCAP) 188-197-247 249
Association canadienne des périodiques catholiques 502
Association coopérative d'économie familiale (ACEF) 138-139-249 250-459
Association d'artisans 310-311
Association de la protection des automobilistes (APA) 453-454
Association des agents de voyages du Québec 411
Association des arthritiques de Québec 50
Association des camps du Québec 374
Association des cinémas parallèles du Québec 431
Association des consommateurs du Québec (ACQ) 457-458
Association des directeurs de théâtre 424
Association des psychiatres du Québec 65
Association des techniciens en prévention-incendie 95
Association du clergé orthodoxe oriental 509
Association internationale francophone des aînés (AIFA) 479
Association professionnelle (corporation) 456
Association québécoise de gérontologie 348-479-480
Association pour la défense des droits de retraités et des préretraités (AQDR) 480

Assurance
Assurance automobile 272-276-398
Assurance communautaire 251
Assurance-chômage 179-181
Assurances générales 247-248
Assurance-hospitalisation 28-30
Assurance-maladie 22-40-394 395
Assurance-vie 246-247
Assurance-voyage 395-397
Bureau des assurances du Québec 186
Bureau des assureurs du Canada (BAC) 186
Où s'adresser 249-251

Assurance automobile
Assurance corporelle 272-274
Fonds d'indemnisation 277-279
Indemnités de la Régie 272-273-277 279
Protection à l'extérieur du Québec 279-280-398
Régime d'assurance-maladie 274-275
Responsabilité civile 275

Assurance-chômage
Admissibilité 179-180
Calcul de la prestation 180
Révision et appel 180-181

Assurance-hospitalisation 28-30

Assurance-maladie
Carte 22
Inscription-modification à la Régie de 22-23
Immigrants 24-25
Régie de 26
Services assurés 26-37
Services assurés hors du Québec 38-394-395
Services non-assurés 26-37

Assurance-responsabilité
Automobile 275-276

Assurance-vie
Bénéfices 246
Centre d'information 553
Décès 553
Où s'adresser 246-247
Plaintes 246-247

Assurance-voyage
Types 395
Primes 396-397

Attestations d'études et équivalences 334

Audiovisuel
Où s'adresser 422
Service de prêt 422

Autodidacte 334-335

Automobile
Accident à l'extérieur du Québec 279-398
Association canadienne des automobilistes (CAA) 454
Association de la protection des automobilistes (APA) 453-454
Assurances en cas d'accident 276-277
Automobile d'occasion 270
Constat amiable 277
Covoiturage 282
État des routes 280-281
Fonds d'indemnisation 277-279
Immatriculation 268-271
Indemnités de la Régie 277-279
Ministère des Transports du Canada 454
Office de la protection du consommateur 454
Permis de conduire 266-268
Permis de conduire international 398

Plainte (achat et réparation) 453-454
Véhicule remisé 271

Avantages fiscaux
Déductions et exemptions d'impôt 213-215-216 217
Étalement du revenu 212-214
Régime d'épargne-actions (REA) 213-218-219
Régime enregistré d'épargne-logement (REEL) 213-218
Régime enregistré d'épargne-retraite (REER) 212-214
Remboursement d'impôt foncier 206-219-220

Avocat
Aide juridique 461-463
Barreau du Québec 472
Office des professions du Québec 471-472
Plainte contre 471-473

Avis de cotisation
Impôts 206-207

B

Bail
Avis au nouveau locataire 109-110
Cessation du bail 113-116-117
Décès 119
Délais 119-120
Obligations du locataire 115
Obligations du propriétaire 114
Recours légaux du locataire 110-112
Recours légaux du propriétaire 112-113
Refus d'augmentation du loyer 118-121
Régie du logement 123
Renouvellement 117-118
Reprise de possession 121-123

Barreau du Québec 472-532

Bénévolat
Cours de 312
Où s'adresser 313-320
Centre de bénévolat 585-586
Organismes 314-321

Bibliothèque
Archives nationales du Québec 419-420
Archives publiques du Canada 421
Bibliothèque nationale du Québec 417-418
Publications du Québec 418-419
Publique 416-417

Bibliothèque nationale du Québec
Où s'adresser 417
Services offerts 417

Biens
Assurances 247-248
Culturels (dons) 226
Des malades mentaux 66-70
Gestion des biens 468-469
Inventaire 552
Mode de transmission (testament) 537
Sans maîtres 560-561

Billet de transport
Autobus 338
Avion 386
Bateau 387
Plainte 389
Train 387-388

Boisson
Services d'aide aux alcooliques 70-71

Bureau de la protection civile du Québec 98

Bureau des assurances du Québec 186

Bureau des assureurs du Canada (BAC) 186-188-197 246-249-276 398

Bureaux régionaux

Association coopérative d'économie familiale (ACEF) 138-139

Association des consommateurs du Québec (ACQ) 457

Commission de la santé et de la sécurité du travail (CSST) 443-445

Commission des normes du travail 304-448

De la Cour supérieure 549-550

Des Affaires des anciens combattants 185

Des Archives nationales du Québec 420

Des douanes 410

État des routes 280-281

Fédération de l'âge d'or du Québec (FADOQ) 484

Impôt fédéral 231-232

Impôt provincial 229

Ministère de l'Éducation 328-329

Ministère de l'Habitation et de la Protection du consommateur 95-96-130 131

Ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche 359-363-365 370-377

Office de la protection du consommateur 452-453

Programme de sécurité du revenu 169-170-176

Régie des rentes du Québec 160-161-166 168

Revenu Canada 196

Revenu Québec 125-195

C

Cancer

Du sein 21

Le cancer 19-22

Prothèses mammaires 35-36
Services aux malades 21
Société canadienne du cancer 20-21

Cardio-alerte 47-48

Carnet de réclamation
Aide social 181-183

Cartes
D'assurance-maladie 22-23
De pensionné (Sécurité de la vieillesse) 172
Médicale 48-49

Carte d'assurance-maladie
À l'extérieur du Québec 25-26
Carte détériorée, perdue, volée 23

Catholicisme
Association canadienne des périodiques catholiques 502
Cours en théologie 498
Évêchés (liste) 502-504
Périodiques 500-502
Sanctuaires 498-500

Cégep (Collège d'enseignement général et professionnel)
Éducation des adultes 331-332

Centre d'accueil (public ou privé)
Centre d'accueil 143
Contribution 145-152
Demande d'hébergement 144-145

Centre d'édition du gouvernement du Canada 392-405

Centre de jour
Services offerts 92-93

Centre d'emploi du Canada 307

Centre de services sociaux (C.S.S.)
Famille d'accueil 143
Service d'aide à domicile 90-91

Centre hospitalier de soins prolongés
Voir Hôpital

Centre islamique 511

Centre local des services communautaires (CLSC)
Clinique d'urgence 46
Cours d'adaptation à la retraite 344
Cours de préparation à la retraite 343
Demande d'hébergement 144-145
Location d'une chambre 108
Service d'aide à domicile 90-91
Service Vigilance postale 101
Soins à domicile 41
Vaccin contre la grippe 18-19

Centre Travail-Québec
Aide sociale 182
Marché du travail 306

Certificat de décès 546

Chambre
Des notaires 473-520-532
Location 107-108

Chambre des notaires 473-520-532

Charité (dons) 225

Chiropratique
Frais 52
La chiropratique 51-52
Ordre des chiropraticiens du Québec 52

Chômage
Voir Assurance-chômage

Cinéma
Association des cinémas parallèles du Québec 431
Cinémathèque québécoise 431
Institut québécois du cinéma 432
Office national du film 432
Où s'adresser 431-432
Réduction 431
Régie du cinéma 433

CLSC
Voir Centre local des services communautaires

Codicille 530

Colonies de vacances 373-375

Commissions
Commission canadienne des droits de la personne 305-306-447
Commission d'accès à l'information 476
Commission de la santé et de la sécurité du travail (CSST) 443-445-450
Commission de police du Québec 473-474
Commissions de transport 285-389
Commission des affaires sociales 183-274-439 469
Commission des droits de la personne du Québec 141-142-305 446-447-451
Commission des normes du travail 303-304-448 449-450
Commission des services juridiques 463-464

Commission des droits de la personnes
Plainte 141-142-305 446-447-451

Commission des normes du travail
Où s'adresser 303-304-449
Plainte 303-448

Communauté musulmane du Québec 511

Communication-Québec
Bureaux régionaux 571-573
Services offerts VIII

Congédiement
Commission des normes du travail 303-304-450
Congédiement illégal 302-450
Plainte 303

Conjoint survivant
Rente 165-166

Conseils
Conseil canadien des arts populaires 367
Conseil canadien des chrétiens et des juifs 508
Conseil consultatif national sur le troisième âge 480-481
Conseil du trésor du Canada 476
Conseil juif canadien 508
Conseil luthérien 507
Conseil régional de la santé et des services sociaux (CRSSS) 145-152-438
Conseils régionaux de la culture 368

Conseil régional de la santé et des services sociaux (CRSSS)
Demande d'hébergement 145
Plainte 152-438

Consommateurs
Association coopérative d'économie familiale (ACEF) 138-139-249 250-459
Association des consommateurs du Québec 457-458
Coopérative de consommations 458
Lois fédérales (information) 457
Ministère de la Consommation et Corporations du Canada 457
Office de la protection du consommateur 380-451-452 454
Plainte 451-452

Constat amiable 277

Constestation
De l'aide juridique 463
D'une décision de la Régie de l'assurance automobile 273
D'une décision de la Régie des rentes du Québec 165
Honoraires professionnels 455-456
Impôts à payer 234-236

Contrats
Annulation 451-453
Office de la protection du consommateur 451-453

Contrat de mariage
Dispositions testamentaires 533-558-559

Coopérative
De consommation 458
Funéraire 548
Logement coopératif 105-107

Corporations
Corporation de l'opéra de Montréal Inc. 432
Corporation des maîtres électriciens 130
Corporation des maîtres mécaniciens en tuyauterie du Québec 131
Corporation des thanatologues du Québec 548
Corporation professionnelle des médecins du Québec 65
Corporation professionnelle des psychologues du Québec 65
Corporation professionnelle des travailleurs sociaux du Québec 65

Corporations professionnelles
Liste des corporations 456
Office des professions du Québec 455
Plainte 455

Cour des petites créances
Frais 460
Information 460-461
Modalités 235-460

Cours (éducation)
D'activité physique 361
D'activité socioculturelle 372
D'adaptation à la retraite 344
De préparation à la retraite 342-343
En théologie 498
Par correspondance 340-341

Cours (justice)
Canadienne de l'impôt 235
Des petites créances 235-460-461
Fédérale 181-236
Provinciale 235
Supérieure 548-549
Suprême du Canada 181

Covoiturage 282

Créances
Voir Cour des petites créances

Crédit
Office de la protection du consommateur 451-453
Plainte 451-453

CRSSS
Voir Conseil régional de la santé et des services sociaux

Culturels (dons) 226

Curateur public
Biens des malades mentaux 66-67
Curateur public 67-69
Gestion des biens 468-469
Succession vacante 560-561

D

Décès
Assurance 553
Bail 119
Certificat 546
Dons d'organes 539-542
Indemnisation des victimes d'actes criminels (IVAC) 442
Prestation de 166-167-554 555
Procédures funéraires 542-545
Rente de conjoint survivant 165-166
Succession 546-561
Testament 520-539

Déclaration de revenus
Acomptes privisionnels 221-223
Avis de cotisation 206-207
Exemptions 208-212-220 221
Remboursement d'impôt foncier 206

Dentition
Entretien des dents 16-17
Ordre des dentistes 17
Régime d'assurance-maladie 33-34

Département de santé communautaire (DSC)
Services d'aide à domicile 90-91
Soins à domicile 42

Dépôt volontaire
Modalités 465
Où s'adresser 465-466

Dette
Dépôt volontaire 465-466
Faillite 466-468

Devises étrangères 399

Discrimination

Commission canadienne des droits de la personne 306-407

Commission des droits de la personne du Québec 305-446-447 451

Habitation 141

Ligue des droits et libertés 447-448

Travail 304-306

Domestique

Services privés d'un 91-92

Donataire 517-518

Donation

Annulation 518-519

Indirecte 517

Modalités 516-517

Dons

À des oeuvres de charité 225

À sa Majesté 226

De biens culturels 266

D'organes 539-542

Entre vifs 226

Impôt sur 226-227-519

Modalités 224-225

Par testament 226

Douane

Déclaration 405-406

Documentation 401-409-410 411

Exemptions personnelles 408-409

Modalités 400-401

Permis spéciaux 400-401

Règlements 407-408

Droits
À la santé 438-445
Au travail 448-451
Aux services sociaux 438-445
Civils 460-478
De consommateur 451-459
De la personne 446-451

E

Éditeur officiel
Adresses des librairies 57
Commandes postales 57

Éducation
Autodidacte 334-335
Cours d'adaptation à la retraite 344
Cours de préparation à la retraite 342-343
Cours en gérontologie 346-347
Cours par correspondance 240-341
Éducation des adultes 326-333
Eduq (banque de données) 422
Recherche en gérontologie 347-348
Séjours culturels des aînés 345
Télé-université 337-339
Université du troisième âge 336-337

Éducation des adultes
À l'université 333
Au collègial 331-332
Au secondaire 330-331
Où s'adresser 328-329
Types de formation 327

Églises
Église anglicane du Canada 507
Église presbytérienne du Canada 507

Église unie 507

Employé lésé
Commission de la sécurité et santé au travail 443-445-450
Commission des normes du travail 448-450
Plainte concernant les normes du travail 448-450
Recours (en matière de sécurité et santé au travail) 450

Employeur
Contribution au régime de rentes du Québec 158
Numéro d'employeur 91-92

Équerre
Admissibilité 135-136
Modalités 136-137

Étalement du revenu 213-214

Évêchés 502-504

Exécuteur testamentaire
Nomination 537-538
Refus 551
Tâches 550-554

Exemptions
Frais médicaux 220-221
Impôt 208-212
Personnelles (douane) 408-409
Successions 552-553
Taxe 189

Exposition 554-545

F

Faillite
Frais 467-468
Modalités 466-467

Famille d'accueil
Contribution 145-152
Demande d'hébergement 144-145
Famille d'accueil 143

Fédération
Fédération des agricotours du Québec 374
Fédération baptiste du Canada 507
Fédération de l'âge d'or du Québec 251-372-481 483
Fédération des aînés du Québec 251-343-344 484
Fédération des associations coopératives d'économie familiale du Québec (ACEF) 249
Fédération des centres de bénévolat du Québec 312
Fédération québécoise des centres communautaires des loisirs inc. 315-359
Fédération québécoise du loisir littéraire 424

Fiducie 520

Fonds d'aide aux recours collectifs 477-478

Fonds d'indemnisation de la Régie de l'assurance automobile
Admissibilité 277-279

Fonds de pension avec l'employeur 189-192

Forum des citoyens âgés de Montréal 484

Frais médicaux
Déductions d'impôt 220-221

G

Gains
Partage des gains (R.R.Q.) 168
Registre des gains (R.R.Q.) 160-162

Garantie 451-453

Gérontologie
Formation en 346-347
Recherche 347-348

Grippe
Vaccin 18-19

Groupe de recherche en animation et planification économique (GRAPE) 139-250

Guide alimentaire 11-14

H

Hébergement
Centre d'accueil privé 143
Centre d'accueil public 143
Centre hospitalier de soins prolongés 144
Contribution 152
Demande d'hébergement 144-145
Famille d'accueil 143
Pavillon 144
Plainte 152

Héritier
Refus 560-561
Transmission des biens 556-559

Hôpital (centre hospitalier de soins prolongés)
Centre hospitalier 144
Contribution 145-152

I

Immatriculation des véhicules
Acquis d'un commerçant 269-270
Acquis d'un particulier 271
Coûts 271
Durée de validation du certificat 268
Renouvellement 268-269
Véhicule remisé 271

Chambre d'immeuble
De Montréal 139
De Québec 139

Immigrants
Régime d'assurance-maladie 24-25

Immunisation 392-393

Impôt
Avantages fiscaux 212-220
Avis de cotisation 206-207
Conventions fiscales 223-224
Dons 224-227
Exemptions 208-212-220 221-552-553
Guide (documents) 237-240
Impôt foncier 206-219-220
Loi sur les impôts 220-221
Où s'adresser 229-232
Recours 234-236
Régime d'épargne-actions (REA) 211-218-219
Régime enregistré d'épargne-logement (REEL) 209-218
Régime enregistré d'épargne-retraite (REER) 192-197-209 214
Services d'aide 233-234
Sur les dons 519

Impôt foncier
Remboursement 206-219-220

Incendie
À domicile 94-96
Incinération 544-545
Indemnisation des victimes d'actes criminels (IVAC)
Admissibilité 440-441
Indemnités 442
Modalités 441
Où s'adresser 443
Indemnités
Indemnisation des victimes d'actes criminels (IVAC) 442
Versées par la Régie de l'assurance automobile 277-279
Information
Accès à l'information 476
Gouvernementale VIII-IX
Information gouvernementale
Bureau de service Canada IX
Communication-Québec VIII
Inhumation 544-545
Inspecteur général des institutions financières 247-249
Instituts
Institut de recherche du carrefour 75
Institut québécois de recherche sur la culture 369-432
Institut québécois du cinéma 432
Invalidité
Rente 164-165
Islamisme
Centre islamique 512
Communauté musulmane du Québec 512
Histoire 510

J-K

Judaïsme
Congrès juif canadien **508**
Conseil canadien des chrétiens et des juifs **508**
Histoire **507-508**
Services communautaires juifs **508**

Kino-Québec **4-5-358**
359

L

Laxatif **16**

Légataire
A titre particulier **335**
A titre universel **535**
Legs **536-537**
Universel **534**

Ligue des droits et libertés **447-448**

Littérature
Fédération québécoise du loisir littéraire **424**
Prix littéraire **369-423-424**
Revues spécialisées et journaux **413-415**
Union des écrivains québécois **424**

Locataire
Aides financières **124-132**
Assurances **248**
Avis aux nouveaux locataires **109-110**
Cessation du bail **113-116-117**
Chambre **107-108**
Délais **119-120**
Discrimination **141**
Logement à loyer modique (HLM) **102-105**

Obligations du locataire 115
Recours légaux du locataire 110-112
Refus d'augmentation du loyer 118-121
Régie du logement 123
Regroupement de locataires 110
Renouvellement 117-118
Reprise de possession 121-123

Logement
Achat (maison) 140
Aide financière 124-132
Assurances 248
Bail 108-124
Chambre 107-108
Déménagement 140-141
Discrimination 141
Logement à loyer modique (HLM) 102-105
Logement coopératif 105-107

Logement à loyer modique (HLM)
Admissibilité 102
Montant du loyer 103-104
Où faire sa demande 105

Logement coopératif
Admissibilité 105-106
Programme d'aide financière 106-107
Société d'habitation du Québec 107
Société canadienne d'hypothèques et de logement (S.C.H.L.) 107

Loginove
Admissibilité 126-129
Modalités 129-132

Logirente
Admissibilité 124-125
Allocation de logement pour les personnes âgées 124-125-206
Modalités 125

Loyer
Acquittement du loyer 115
Aides financières 124-132
Avis au nouveau locataire 109-110
Bail 108-124
Chambre 107-108
Logement à loyer modique (HLM) 102-105
Programme de supplément au loyer 106
Recours 110-113
Régie du logement 123
Refus d'augmentation du loyer 118-121

M

Maison funéraire
Corporation des thanatologues du Québec 548
Rôle 547-548

Majesté (dons) 226

Malades mentaux
Curateur public 66-70

Maladie
Arthrite 49-51
Cancer 19-22

Manoir Montmorency 377

Médicament
Recommandations 71-74
Régime d'assurance-maladie 31-33

Ministères
Affaires extérieures du Canada 382-409-410
De la consommation et corporations du Canada 457
De l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation 376

De l'Éducation 328-329-335
De l'Énergie, Mines et Ressources 401
De l'Habitation et de la Protection du consommateur 95-96-130 131
De l'Industrie, du Commerce et du Tourisme 382
De la Justice 466-468-478
De la Santé et Bien-être social 393-439
De la Santé et de la Sécurité du revenu 178-184
Des Affaires culturelles 373-423-425 428
Des Affaires des anciens combattants 185
Des Affaires sociales du Québec 14-392-542
Des Communications 476
Des Transports du Canada 454
Du Loisir, de la Chasse et de la Pêche 359-362-364 365-372-377
Du Revenu 538

Mouvement québécois des camps familiaux 375

Mouvement québécois du sport pour tous 315-359

Musées
Maison Chevalier 427
Musée d'art contemporain 427
Musée du Québec 426
Musées privés 427
Où s'adresser 428

N-O

Notaire
Chambre des notaires 473-520
Office des professions du Québec 471-472
Plainte contre 471-473

Nouveaux-Horizons
Voir Programme Nouveaux-Horizons

Offices
Office de la construction du Québec 131
Office de la protection du consommateur 380-451-452 454
Office des professions du Québec 455-471-472
Office du tourisme du Canada 292-382-410 412
Office municipal d'habitation 105
Office national du film 432

Ordres
Ordre des chiropraticiens du Québec 52
Ordre des comptables agrées du Québec 188
Ordre des dentistes du Québec 17
Ordre des médecins vétérinaires du Québec 76
Ordre des pharmaciens du Québec 74

Organismes pour aînés
Association internationale francophone des aînés (AIFA) 479
Association québécoise de gérontologie 479-480
Association québécoise pour la défense des droits des retraités et des préretraités 480
Conseil consultatif national sur le troisième âge 480-481
Fédération de l'âge d'or du Québec (FADOQ) 481-483
Fédération des aînés du Québec (FAQ) 484
Forum des citoyens âgés de Montréal

Orthodoxes
Association du clergé orthodoxe oriental 509
Histoire 509

P

Panne de courant 96-98

Parcs et Réserves
Activités 364

Où s'adresser 364-366
Publications 366

Parel
Admissibilité 132
Modalités 133-135

Partage des gains (RRQ) 168

Passeport
Bureau régional 390
Exigences particulières 391-392
Formulaire de demande 389-390
Modalités 390-391
Perte et vol 391

Pavillon
Contribution 145-152
Demande d'hébergement 144-145
Pavillon 144

Pension
Voir Fonds de pension

Pension de la Sécurité de la vieillesse
Voir Sécurité de la vieillesse

Pension du Canada (Régime de)
Voir Régime de pension du Canada

Permis de conduire
Examens 266
International 398
Modalités 266
Régie de l'assurance automobile 271
Renouvellement 267-268

Plaintes
Accès à l'information 474-477
Administration publique 470-471
Commission des Affaires sociales 439
Corporation professionnelle 455

Droits des consommateurs 451-460
Droits et libertés de la personne 446-448
Émissions de télévision (Radio-Québec) 429
Normes du travail 448-450
Qualité des aliments 439-440
Santé et services sociaux 438-439
Services policiers 473-474

Police
Commission de police du Québec 473-474
Plainte sur 473-474

Prestations
Aide sociale 181-183
Allocation au conjoint 176-178
D'assurance-chômage 179-181
De décès 166-167
Indemnisation des victimes d'actes criminels (IVAC) 442
Pension de la Sécurité de la vieillesse 168-173
Régime de pension du Canada 183-184
Régime de rentes du Québec 158-168
Supplément de revenu garanti 174-176

Prix littéraire
Voir Littérature

Problèmes financiers 138-139

Procédures funéraires 542

Produits
Plainte 439-440

Professionnels
Plainte contre 455-456-471 473

Programme
D'activité physique 4-9

Propriétaire
Achat (maison) 140
Aide financière 124-138
Assurances 247-248
Déménagement 140
Logement locatif 112-123
Reprise de possession d'un logement 121-123
Vente (Maison)

Protecteur du citoyen 470

Protection des renseignements personnels 474-476

Protestantisme
Conseil luthérien 507
Église anglicane 507
Église presbytérienne du Canada 507
Église unie 507
Fédération baptiste du Canada 507
Histoire 504-507

Psychiatre 62-64-65

Psychologue 62-64-65

Publications du Québec
Où s'adresser 418
Types 417-418

Publicité
Office de la protection du consommateur 451-453
Plainte 451-453

R

Radio-Canada
Où s'adresser 430
Programmation 430

Radio-Québec
Commentaires 429
Plainte 429
Prêt d'émissions 429

Radiotélévision des débats 430

Rapport d'impôt
Voir Déclaration de revenus

Recours collectif
Fonds d'aide 478
Frais 478
Modalités 477-478
Où s'adresser 478

Réductions
Autobus 283-286
Avion 287-289
Bateau 290-292
Taxi 282
Train 287

Régie
D'assurance-maladie 22-40-394 395
De l'assurance automobile 271-554
Des ventes du Québec 191-158-168 554
Régie des entreprises de construction du Québec 131
Régie du cinéma 433

Régie de l'assurance automobile
Décès 554
Indemnités 272-273
Plainte 273-274
Régime d'assurance automobile 274-275
Services d'accueil 276

Régime
D'assurance automobile du Québec 274-275
De pension du Canada 183-184
De retraite privé 185-188
Des rentes du Québec 158-168
D'épargne-actions (REA) 211-218-219
Enregistré d'épargne-logement (REEL) 209-218
Enregistré d'épargne-retraite (REER) 192-197-209 214

Régime de pension du Canada 183-184

Régime de rentes du Québec (RRQ)
Cas spéciaux 167-168
Cotisations 158-160
Demande de prestations 161
Partage des gains 168
Prestation de décès 166-554
Régie des rentes du Québec (adresses) 160-161
Registre des gains 160-162
Rente de retraite 161-164
Rente d'invalidité 164-165
Rente du conjoint survivant 165-166
Révision et appel 165

Régime de retraite privé
Fonds de pension avec l'employeur 189-192
Régime de retraite privé 185-188

Régime d'épargne-actions (REA)
Documentation 219
Exemptions 211
Modalités 218-219

Régime enregistré d'épargne-logement (REEL)
Exemptions 209
Modalités 218

Régime enregistré d'épargne-retraite (REER)
À la retraite 193-195
Contributions 192-193
Exemptions 209
Impôt 214
Où s'adresser 195-197

Registre des gains 160-162-550

Registre des testaments 548-550

Regroupement des organismes nationaux de loisir du Québec 360

Religion
Catholicisme 496-504
Centre canadien d'œcuménisme 511
Islamisme 510-511
Judaisme 507-508
Orthodoxe 509
Protestantisme 504-507

Remboursement
Impôt foncier 206-219-220

Renseignements
Commission d'accès de l'information 476
Conseil du trésor du Canada 476
Loi 475
Ministère des Communications 476
Modalités 476
Protection 474-476

Rente d'invalidité
Admissibilité 164
Calcul de la rente 164
Formulaire de demande 165
Révision et appel 165

Rente de retraite
Admissibilité 161
Calcul de la rente 161-164
Formulaire de demande 164

Rente du conjoint survivant
Admissibilité 165
Calcul de la rente 165-166

Retraite
Cours d'adaptation 344
Cours de préparation 342-343
Loi sur l'abolition de la retraite 300-301
Rente de 301-302
Séjour culturel des aînés 345

Revenu
Sécurité du revenu 158-168
Supplément de revenu garanti 174-176

Revenu Canada 187

Revenu Québec 125-187-189
195-196-207
219-230

Revues spécialisées et journaux
Pour les aînés 413-415
Pour les droits des aînés 485-488
Religion 500-502

Routes
Service de renseignements sur l'état des routes 280-281

S

Sanctuaire 498-500

Secrétariat

Secrétariat de l'administration des ententes de sécurité sociale 39

Secrétariat aux relations avec les citoyens et citoyennes 471

Secondaire

Éducation des adultes 330-331

Secours-Médic 47

Sécurité à domicile

Accident 100-101
Incendie 94-96
Panne de courant 96-98
Service Vigilance postale 101
Vandalisme 98-100

Sécurité de la vieillesse (pension)

Admissibilité 168
Calcul de la rente 168-171
Carte de pensionné 172
Déménagement 173
Formulaire de demande 171
Révision et appel 173

Sécurité du revenu 158-168

Séjour culturel des aînés 345-376

Service

Aux malades (cancer) 21
Bureau de service Canada IX
D'aide (impôt) 233-234
Privé d'un domestique 91-92

Services communautaires juifs (AJCS) 508

Service d'aide à domicile
Centre de services sociaux (CSS) 90-91
Centre local de services communautaires (CLSC) 83-90
Conditions d'admission 91
Département de santé communautaire (DSC) 90-91

Service de santé
Aide financière aux stomisés 36-37
Assurance-hospitalisation 28-30
Centre local de services communautaires (CLSC) 83
Chirurgie buccale 33
Médicaments 31-33
Médicaux et chirurgicaux 26-27
Prothèses mammaires 35-36
Services ambulanciers 30-45-46
Services dentaires 33-34
Services optométriques 34-35

Service d'urgence
Cardio-Alerte 47-48
Carte Médicale 48-49
Centre local de services communautaires (CLSC) 85
Cliniques d'urgence 46
En voyage 401-405
Secours-Médic 47
Services ambulanciers 45-46
Télé-Médic 47
Urgence-santé 46

Société
Société canadienne de la Croix-Rouge 43
Société canadienne d'hypothèques et de logement (SCHL) 106-107-135
Société canadienne du cancer 20-22
Société d'arthrite au Québec 50

Société de développement des industries de la culture et des communications 433
Société des sports du Québec 360
Société d'habitation du Québec 106-107-129 137
Société générale du cinéma 433
Société protectrice des animaux 76-77
Société québécoise de promotion du tourisme socioculturel 377

Socioculturelles (activités)
Aide financière 369-371
Cours 372
Organismes 367-368
Où s'adresser 372-373

Soins à domicile
Centre local de services communautaires (CLSC) 41
Département de santé communautaire (DSC) 42
Parade des dix sous pour les handicapés du Québec 45
Services de santé Upjohn 44
Société canadienne de la Croix-Rouge 43

Soins de santé
Plainte 438-439

Succession 546-550-555 556-560

Supplément de revenu garanti
Admissibilité 174
Calcul de la prestation 175
Formulaire de demande 174

T

Taxe
Exemption 189

Télé-Médic 47

Télé-Université
Conditions d'admission 338-339
Disciplines 338
Matériel pédagogique 337
Où s'adresser 339
Programmes 338

Télévision
Radio-Canada 430
Radio-Québec 428-429

Testament
Ab intestat 556-557
À titre particulier 535-537
À titre universel 535
Bénéficiaires 521
Contrat de mariage 533
Demande de vérification 548-549
Dérivé de la loi d'Angleterre 524-525
Donataire 517-518
Don d'organes 539-542
Dons 226
Exécuteur testamentaire 537-538
Légataire universel 534
Legs 536
Modalités 520
Modes de transmission des biens 537
Modifications au 530-531
Notarié 526-529
Olographe 521-523
Où s'adresser 538
Procédures funéraires 542-545

Recherche d'un 548-550
Registre central des testaments (Chambre des notaires du Québec) 532
Registre des testaments (Barreau du Québec) 532

Théâtre
Association des directeurs de théâtre 424
Ministère des Affaires culturelles 425
Réduction 424

Tourisme socioculturel
Aide financière 378
Colonie de vacances 373-374
Manoir Montmorency 377
Ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche 377-378
Publications 376
Séjour culturel des aînés 376
Société québécoise de promotion du tourisme socioculturel 377
Vacances à la ferme 374-375
Vacances en famille 375

Travail
Commission de la santé et de la sécurité au travail (CSST) 443-445-450
Commission des normes du travail 303-304-448 449-550
Congédiement 302-304-450
Discrimination 304-306-451
Normes 448
Rente de retraite 301-302
Retraite 300-301
Santé 450
Travail-Québec (centre) 306

Travail-Québec
Voir Centre Travail-Québec

Travailleur social 62-64-65

Transport
Adapté 293
Autobus 283-286
Avion 287-289
Bateau 290-292
Billet de 386-389
Covoiturage 281-282
État des routes 280-281
Passeport 389-392
Plaintes 389
Réductions 282-292
Taxi 282
Train 287

U

Union des écrivains québécois 424
Université
Éducation des adultes 333
Université du 3e âge 336-337
Urgence
Voir Services d'urgence
Urgence M.D. 47
Urgence-Santé 46-47

V

Vacances-famille 375-411
Vaccin
Contre la grippe 18-19
Pour les voyages 392-393

Vandalisme 98-100

Vente
Automobile ou motocyclette d'occasion 451-453
Itinérante 451-453
Office de la protection du consommateur 451-453
Plainte 451-453
Pyramidale 451-453

Victimes
Acte criminel 440
Commission de la santé et de la sécurité du travail (CSST) 443-445
Indemnisation des victimes d'actes criminels (IVAC) 441-443

Vifs (dons) 226

Vigilance postale
Inscription 101
Service 101

Vitamines 14-15

Voyages
Agent de 379-381
Ambassades 401-405
Assurances 395-397
Bagages 384
Billets de transport 386-389
Devises étrangères 399
Documentation 411-413
Douane 400-401-405 408
Droits de l'hôtelier 383
Exemptions personnelles 408-409
Hôtel 381-382
Immunisation 392-393
Office de la protection du consommateur 380
Passeport 389-392
Permis de conduire international 398
Voyage organisé 378-379

À votre tour de répondre à nos questions...

Nom:

Prénom: Âge:

Adresse:

Commentaires:

À retourner au:

Ministère des Communications
Direction de l'édition
1283, boul. Charest Ouest
Québec (Québec)
G1N 2C9
Tél.: (418) 643-1328

Gouvernement du Québec
Ministère des Communications

Qui sont les aînés?

- Ils ont de 55 à 105 ans;
- ils se prennent en main et sont plus dynamiques que jamais;
- ils organisent leurs activités et leurs loisirs;
- ils sont de plus en plus autonomes et profitent au maximum de leurs années de retraite.

Le Guide des aînés a été conçu pour eux.
Il traite de mille et un sujets qui les préoccupent : *santé, argent, impôts, habitation, spiritualité;* qui les concernent : *droits, éducation, transport, travail;* qui les divertissent : *loisirs, culture.*
Le Guide des aînés, une mine de renseignements précieux qui indiquent, sur-le-champ, où trouver et comment obtenir ce que les aînés veulent savoir.

Imprimé au
Québec, Canada